

्रै हरफ़न मोला है केल्या क्षि

लेखक--

चन्द्रराज भगडारी "विशारद"

प्रकाशक

महाबीर ग्रन्थमकाश मन्दिर मानपुरा

म्हामह--महापीर प्रम्थमकाम् मन्दिर मानपुरा (होन्हर-राज्य)

भारतीय सम्पता

श्रीट उसका 'विभ्यत्यापी ममाय ।

श्रीट उसका 'विभ्यत्यापी ममाय ।

प्रार्थन वहने मार्थम होगा हि मार्थन

हाल हो मार्गीय सम्पना भे, चीन,

जापान, अमेरिका आदि देगी पर देसा

भर्द ममाय हाला था । मृत्य ।

ग्रहरू— गणपति रूप्ण गुजर श्रील्डमीनारायण प्रेस, काशी। २०६ १-२५

भृमिका।

भारतवर्ष की सांधारण जनता मंतिहार के काण इतनी अधिक पिछाई हुई है कि यह राजे, पीने, होने, उटने, पैटने आहि के साधारण निवमों से भी माया अपरिचित्र रहती है। निवाक रुव्यक्तपनिवान-एकं न रहने के बारण-यह अस्वरुवता और अनेक प्रकार की प्याधियों की तिराम हो रही है। इसके अतिरिक्त साधारण व्यवहारसाय, आचार साख्य आदि विषयों में भी यह बहुत कम जानकारी रगती है। इसी आजान के बारण रूप्ये के तीसरे इनें में साधारण जाता पर जोन अप्याधार होते हैं उन्हें देश क्याया मुन कर गिटरे साई हो जाने हैं इसीनाराट, तिहाससाय और भूगोळआदि से जो यह प्रायः अपरिचित्र है।

वह दुस्तक इसी वरेरय से प्रवासित को जा रही है कि इसके पद कर भारतवर्ष की साधारण जनना इन सब किपनों के मोटे र सिद्धानों से परिचित्र हो जाय। इसमें स्पेरित रूप से प्राय: इन सब कारों का समावेस कर दिया गया है। इस दुस्तक को पदने से मनुष्य सब तरह के साधारण सिद्धानों से परिचित्र हो जायमा। इसमें लिसी हुई कार्ने समय पदने पर उसके बहुत काम कोनी।

हम यहां यह निवेदन कर देता चाहते हैं कि यह पुष्पक केवल साधारण करना के लिए दिनों गई है। यदि कोई सक्रम इसमें गम्मीर वैज्ञानिक ताओं को हुंदने का प्रथम करेंगे, या इसमें भाषा के गम्मीर्थ को लीज करेंगे तो वे भवदम तिरास होंगे।

इस पुरतक में बई भिष्ठ भिष्ठ ऐसकों की पुल्तकों से तथा पत्र-पत्रिकाओं से सहाबता की गई है, अनः इस उन सब ऐसकों के हनता है।

वाद आर, अपन आपान पुरान के आगार ज्ञानसागर में गठ स्थाना पारते हैं। यदि आप, प्राचीन भारत के राजनीतिसाख, समाज शाख, नगर-निर्माण-विद्या, ज्योतिपशाख, हिप्तितव, साहिण, आदि शाखों का परिसीक्षन करना पारते हैं से अगा है।

आदिशाखों का परिशीलन करना चाहते हैं सो मांड हैं एक पोस्क्राई बाल कर इस पुस्तक को मैंगवाहर । इसके पने से आप को माल्या होगा कि किस प्रकार प्राचीन काल में भारतीय सम्बदा ने चीन, जापान, कीरीसा, अमे-में भारतीय सम्बदा ने चीन, जापान, कीरीसा, अमे-

रिका, जाया, सुमाना शादि होता से अपना दहा बनाया या। लोहे की कलम से लिखी हुई यह सुसक आप के सम्मुख वायस्कोप की तरह प्राचीन भारत का

सुन्दर चित्र अद्भित कर देगी।

भागवान् महावीर—भगवान् महावीर का सब से बहा, सब में
सुन्दर, सब से प्रामाणिक दिश्यमन्य, दिगान विद्वार्गे
से प्रान्दर, सब से प्रामाणिक दिश्यमन्य, दिगान विद्वार्गे
से प्रानीसन, ऐतिहासिक, मनोयेशानिक सार्गार्थे दार्थोगिक हाण्डों से संयुक्त, सस्तार की सब आवार्गों में
अपूर्वे, सुन्दर, सचित्र और संताद दूर संद्वार ५०°

भूल्य ४॥) पता-महाबीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर भानपुरा (H. S.) आरोख

भारोग्यना की श्रावस्यवस्ता

भारोग्य सम्बन्धी नियम—

थान बान उठता, मरितक सम्मन्धी शिकावने, स्तान, बायु-मंदन मंदि स्थायाम, प्रायायाम मंदि शारीपिक जन्मिन, कुछ उपयोगी निवस, सम्बाम, भीजन, मोजन सम्मन्धी निवस, जन, बन सम्मन्धी निवस, बायु, निज्ञा, निज्ञा

भौपधि शास्त्र—

विष चिकित्सा-

ब्रायुर्वेद, ऐनोपैथिक, होमियोपैथिक, कुछ भयद्वर रोग और उनकी चिकित्सा क्या—

ज्वर की बायुर्वेदिक चिकित्सा, ज्वर की होसियोदैधिक चिकित्सा संग्रहणी

भंपरणी या आरुवेदिक स्वान, स्वप्रस्था या होमियोदीक ह्वान, प्रमेह कीर उसकी चिकित्या नयुन्सकना और उसकी चिकित्या हायरोग और उसकी चिकित्या सुबारी और उसकी चिकित्या प्रवारी और उसकी चिकित्या प्रवारी और उसकी चिकित्या



पादशास

पालतास्य को भावस्थलता, भान् का सात , मिरदी या सात , जाम का सात, करी, रायना, सूंग को दान का दलता, भान् का रचना, दरे यते का दलता, भाग को करी, नारियन को करी, मोरानमेग की करी, गुलाव-जाहन, भांबने का सरका, भाग का सरका जाहन, भांबने का सरका, भाग का सरका

23-£3

सन्तानपालन

वर्धों की बुद्ध कीमारियां भीर छनका हतात्र

चीथा झध्याय

दर्शनताच सारुयदर्शन

योगदर्शन

यागदशन वैशेषिकदर्शन

न्यायदर्शन

मीमांसादर्गन पेदान्तदर्गन

जैनदर्शन -

यीद्धदर्शन चार्वाकदर्शन

पावाकदशन पाक्षात्वदर्शन

बैगर, इबंट खेलार, इबमले, आहे, मर बॉलिंबरकोड

पाचयां भ्रध्याय भूगोल

हैं -- है • ह महरू, व्यरभाय, हिन्दुरतात को रूपमा, विलाद, बड़ा २

नरका प्रकार, सन्दुरतात का रामा, समार, का र राह्यां, माने, मासका, ग्रह्मदेशका, स्वान्त करने रेलवे, सामूदाव, सिन्हम्ले के गुरुक तार्व स्वान्त, कीन्स्ले

गरीक विक्रिया, किन्तुकि विक्रिया, मुक्टीक निकामा, अपूर्णने कि निक्रमा, के कि निक्रमा नेवने बंधे वित्र बिन्छिमा, महत्रो वित्र विनिध्सम्, इंड नगनारिक भीपरिया

दुसरा अध्याय

भागार शास

र राजार बंदा है। भाजार राज्य की भाजरंगकता भागार के भागमर से शांत

भाषार के इछ साधारण निवस

चहिना, गरव, चरनेव, जनावर्ष्यं, चर्चारश्रह, सहन्यमन, काः तीसरा ग्रध्याय

व्यवहार शाद्य बेकारों के लिये पुछ उपयोगी कार्ते

महा गुग⁵भत भेज, बड़ियां दलमजन, धकं करूर, मारा राहन, कारोशिक राखन, बान उदाने का माहन, हिंगा-टक चूर्ण, सबस्य भारकर चूर्ण, दिलपमन्द ठरहाई, विजली का साबीज, करके धीने का माइन, मनेक रोगों की एक दया, नमक सुलेमानी, ताम्बूल विदार, बढ़ियां कलई, गुनाब का सरबत, कान्तिकारक लेप,

बाक सम्बन्धी नियम

कार्ड, चिट्ठी, बुक्पोस्ट, पासंल, रिनस्ट्रो, बामा रिनस्ट्रा, मनीबाहर, तार का मनीबाहर, बेरल महसूल, खार्टिफ्लेट ं नेत्यू पेविल, सेविङ्ग नैक, तार के नियम रेलवे सम्पन्धी निवस

माल भेजने के नियम, लगेज और पार्सल का महसूल

पाकशास

प्रतालक की कानस्वता, कान्यू का साक, मिरटी का साक, जाम का साक, करी, पायता मूंग की दान का हतवा, कान्यू का हतवा, दरे चने का हतवा, काम थी करी, नारियन की की, मोरजनेश की कही, गुलान-जातुन, कविने का सुरक्ष, कान्य का सुरक्षा

सन्तानपालन

इसें दी बुद्ध दोमारियां भीर सनदा श्लाद

न्वीया ग्रध्याय

दर्शनशास

દ્યનશાબ

सांख्यदर्शन

योगदर्शन

वैशेषिकदर्शन

न्यायदर्शन

मीमांसाद्शेन

वेदान्तदर्शन

वैनदर्शन

थौद्धदर्शन चार्वाकदर्शन

पामात्यदर्शन

वैसर, इवंट खेन्मर, इवमले, श्रृटे, सर भ्रोलिवरलोड

पाचर्या ऋष्याय भूगोल

&=-१°=

=3-£3

प्रदेश, व्यरमाय, हिन्दुरतान की सीमा, विल्तार, वही २ प्रदियों, मोलें, भावहवा, सुस्ववेदावार, स्वतिज पदार्थ रेलवे, सम्पूराय, हिन्दुओं के गृसिद तीर्थ स्थाल, कैलियों

¥0-82

£3-:?

गर्दनिय निक्षिणा, विस्तुवित निक्षिणा, मुक्दनिव निकित्ता, मञ्जासनी वित्र चित्रिता, वहे वित्र निकिता नेवने की विष विकिता, मक्त्री विष विकित्ता,

कुछ चमकारिक भौत्रशियां

दुसरा अध्याय

भाषार शास

र दाचार मया है। धानार शास्त्र की कारररक्ता

भावार के भाइम्बर से द्वानि

भाचार के हुछ साधारण नियम चहिंसा, सस्य, चरनेय, अग्रानव्यं, चपरिप्रह, मराव्यमन, रूपार

तीसरा अध्याय

ध्यवहार शास्त्र

बेकारों के लिये कुछ उपयोगी कार्ते

महा शुग्राध्यम तेल. बहुमां दलमञ्जन, इन्हें कपूर, सादा छाडुन, थाबेलिय साडुन, बाल उड़ाने का साडुन, हिंगा-हक क्यूं, लवण भास्कर चूर्ण, दिलपमन्द उराडार, विजली का ताबीज, कवड़े धीने का माइन, अनेक रोगों

की एक दवा, नमक सलेमानी, ताम्कूल विदार, बढ़िया कलई, गुनाव का शरवत, कान्तिकारक लेप,

दाक सम्बन्धी निवस

कार्ड, जिडी, उक्रपोस्ट, पासँल, रिकिस्टी, बीमा रिकिस्टी, मनीबार्डर, तारका मनीबार्डर, बैरह महसूल, सादिककेट वेल्यू पेविन, सेविज्ञ वैक, तार के नियम

रेलवे सम्बन्धी नियम

धाना भेजने के नियम, समेज और पासंत्र का महसूत्र

पादगास

स्वतान्त्र की भारतस्वता, भान् का शाक, मिन्दी का शाक, जाम का शाक, की, रावना, गूंग की दान का इनदा, कानू का इनदा, हरे पने का इनदा, भाम की कहा, गांधिन की बार्ड, मोहनमोना की बार्ड, गुनाव-

क्रमुत, क्षेत्रने का गुरुषः, बाम का गुरुषा सन्तानपालन

वधे की कुछ बीमारिया भीर छनका कराज

चीघा ग्रम्याय

दशंनशाय सांन्यदर्शन

योगदर्शन वैशेषिकदर्शन

स्वापदर्शन मीमांसादर्शन

चेदान्तदर्शन जैनदर्शन

योद्धदर्शन धार्वास्टर्शन

चाबारुदशन पाक्षात्वदर्शन

बैजार, इबेर्ट स्पेन्मर, इबमले, ब्युटे, सर ब्रोलिवरलोब

पांचयां ऋष्याय

भूगोल /

£5-60€

€3-£3

हेन्द्रस्तान की साम्रा, विलार, वर्ध २ सुरुवपेशवार, स्तरित पदार्थ े प्रस्कि तीर्वे स्वान, केतियों

303

1214

के पृथित होत्री स्थान, कारने उनने के कारमाने, पृथित निले, उस पृथित राहर भीर उनती पृथिति,

खडवां अध्याय ————

इतिहास की भाजन्यक्या भारतीय इतिहास का भज्यपन सातवां द्यारणाय

समाजदर्शन

समात की स्थिति, दिन्यू संगठन, सुकाद्दत का पूर,

ात पात का किया, विश्वामी का पूत्र, पात्रपर्ग, आठवाँ कारकार

१९५१ स्वस्याय आज कल के कुछ नये २ आविष्कार

धर्मा उपारते वाला पिलील, सच हुनाने वाली श्रीष्पे, रेडियो, फिरली का माडू, मोजन बनाने की मराने, पूजमध्यक गाड़ी, चनता हुमा राला, जल धन की गाड़ी, कृतिम वर्षा मा बंब

नौवां श्रभ्याय

^{विखरे} हुए मोतो दसवां ऋध्याय

हिन्दी की सी उत्तमोत्तम पुस्तकें। व्यारहवाँ श्रध्याय

काव्य वाटिका



श्वाराग्यता की व्यावश्यकता

धर्मार्थ काम मोधाणामारीस्य मृत कारणम

द्भू माज का सुन्त, उसकी माधित, उसकी क्यायीनना कीत उसका सुन्दर संसदन उसी शालकी माध्यम है शहकना व कि उसकी अददय, उसकी आलगीन हुने साले क्योर त, सुदद की क्याकों है किस समाज के अदिन्यों को की में बल नहीं, गुलमन्त्रल पर तंज नहीं, कीत कावत में असी पान समाज के सुल कीर शानि की नदा कि स प्रकार केजी है। क्यायीनना शिंत कीर शीर्य को कानुसारित्यों है। त्या सहसाज गुलसिक कीर शासींगिक स्थायीनना को साल जिल्ला कीर शासींगिक स्थायीनना को साल

गणान्त बासाम्भव है।

भौदन।पर निराह दानने दो सन्नामी पर हाहि पात करते हैं तम हमें घोर निरामा के सागर में गोते स्वाक पड़ता है। उनके चेहरे पर छाई हुई स्वामायिक सुर्वेगी, उनके स्वटकती हुई निर्मीय भजाउँ समस्य

पन्ता ६ । उनक सक्ट पट छाई हुई सामाविक ध कटकती हुई निर्माय भुजावँ, उनका मुका हुआ औ श्रीर उनके बदन पर छाई हुई कालिमा को देखा कांप उठती है। छाव ध्वा ! ये ही लोग भारतवर्ष क करने वाली सेना के सेनिक हैं—ये ही सामीन सुभट हैं!

इसका मूल कारण पया है ? कई मनोनं त विद्यान ए दुर्दशा का सारा भार एमारी राजनैतिक गुला। ये राम्हर्ड निश्चित्त हो जाते हैं। कहते हैं कि तीन पेसे मिनिट्टन को बामली वाले न्यक्तियों की यदि यह दशा हो जाय तो क्या बाबने! अवश्य एम भी हमारे मनोनीत विद्वानों के दिने हुए इस बाज को कई खंडों है स्वीकार करते हैं। पर इसके साथ ही इस यह भी कहें में के एक मात्र इसी कारण से हम नोगों के वैसी

शोचनीय खिति नहीं हो सकती। जिन लोगों को पेटमर मोडा नहीं मिलता केवल उन्हों की योद देखी हिश्मित होता तो अवश् यह कारण माननीय होता पर हम देखते हुँ कि होनों का नाजे माल, फल, फल और पकवान जाकर, वल शालाप लेट लागने वाले कोट्यापीयों और लहवाणीय में की मी वा हालत है, कोर्र दिन ऐसा नहीं जाता जिस दिन उनका कीमलें जाकुर जनके यहाँ न शाता हो। ऐसी हाला में कहा पड़ेण कि हसके गर्म में श्रीम की

ाशुर उनक यहाँ न आता हो। देखी दाला में कहना पहेण कि इसके गर्म में और भी कई कारण समितित हैं। दमारों शक्तिस राय में इस सम्बंध मूल कारण दो हैं। पढ़ता सामाजिक और दूसता स्पक्तियत। जो तमाज आहर दे वर्ष के यालकों का विचाह करने को स्पत्त स्था हैं। जे समाज आहर २ पर्य के यालकों के साथ कार २ वर्ष के क्रम्याधीका विवाह करने से नहीं दिचकिचाता तथाजा समाज "तिर्ते को सर्व नहीं हो सकता" इस प्रकार की ध्य-यम्या देकर अन्येक व्यक्ति को अहाचर्य-खएडन के लिये अजबूर करता है, उस समाज के सदस्य यदि ऐसी स्थिति में हो तो यया धाश्यये ?

इस न्धित का दूसरा कारण हमारा व्यक्तिगत जीवन है। प्रकृति ने भनुष्य के लिए कई ऐसे नियम यना दिये हैं जिनका पालन गरीय और समीर स्त्री और प्रवय सब कोई कर सकते हैं। प्रमतिगत स्वास्थ्य के ऊपर केवल द्यमीरों का ही श्रविकार नहीं है। उनका पालन गरीय से गरीय व्यक्ति भी कर सकता है श्रीर खस्य, सुन्दर तथा सुदृढ़ रह सकता है। पर हम प्रमाद यश होकर उन नियमों की उपेदाकरते हैं और उपेक्षा करने से जब हम द्यामार होते हैं। तब उस द्योमारी को दूर करने के लिए मुर्ज वैद्यों की बनाई हुई अएड वर्ण्ड औपवियां लाकर सारे जीवन को घरवाद कर डालते हैं।

हम यहाँ यह धतला देना चाहते हैं कि फेबल द्यावियों से कमी भी उत्तम स्वास्थ्य की भाति नहीं हो सकती। भारे हैं से लोग जो केयल श्रीपधियों के द्वारा मनुष्य को स्वस्य करने का दिंदीरा पीटते हैं ऐसे लोगों के जाल में पडकर नित्य प्रति सेकड़ों लोग अपने जीवन को बरवादी के सांचे में डालते जा रहे हैं। श्रीपियां मनुष्य शरीर में से एक विकार को निकाल कर दूसरे विकार को उत्पन्न करती हैं 🕾 । अत्यय जो मनुष्य अपना जीवन स्वामाविक धनाना चाहते हैं उन्हें जहाँ

इस विषय के विस्तृत शान के लिए होमियोंपैथों के आवि+ ब्हारक डा॰ हानिमान और छई कूने के धन्य पढ़ना चाहिए ।

हरफ़न मौला

तक हो सके श्रीपधियों से यचना चाहिए श्रीर को नियमित यनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त कर नीचे हम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जि

भाचरण करने से मनुष्य दीर्घायु, खस्य श्री सकता है।

आरोग्य सम्बन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को खख, और मस्तिष्क को
चाहते हैं उन्हें भातःकाल चार बजे ग्राह्म पहुरी
उठने का अध्यास डालना इस समय की बायु वहें होती है। इस बायु ये सेवस से चित्र प्रफुटिलत हुरि
मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को दस्त सा
हो-किप्पायत रहती हो, चित्र में प्रमाद और शरी
रहता होतो उसे उठने ही कुझा करके एक गिला
हान कर ये लेना खादिए हैं। उत्त योक रहते
किर से लेट जाना चादिए । इस हित्या से अवर
आता है और चित्र प्रफुटिलत रहता है। यह कि
तपा चहुत मामूसी नज़र शाती है पर वास्तव

मस्तिष्क सम्मयी शिकायतें यदि किसी को पीनल, मृगी, विलझ्स तथा प्रकार को मस्तिष्य समस्यी पिकायतें हों तो उ प्रताकाल चार के उटने हो हाना हुआ उत्पाद ही बोर ने पीने का बाम्यास करें। प्रतिर व

C A come for west 5x8 IV

पहुत सावधानी से काम सेना चाहिए। अन्यास हुए के पथान् तो इस किया में पड़ा आनन्द आना है। इस किया की इसार धारतों में पड़ा मरोसा की गई है। मस्तिक सम्बन्धी रोगों का यह अचूक हसाज है। पर यदि इसमें सावधानी में जमन सिया गया और पानो मस्तिक में चढ़ गया तो यहुत हानि होने को सम्मायना है।

स्नान

जाएन होने के कुछ भिनरों के पक्षान् मजुष्य को शीष्यादि
ग्रमें से निवृत्त होना चादिए। हमारी राय में तो यदि यह
नेषृति जहल या मैदान में को जाय तो यदुत श्रव्या है। पर जो
तो पदेत महा कर सकते उन्हें चादिए कि से अपने घर को
ग्रिट्सों को हवादार, साफ़, और सुबरो रक्ब, हर चीथे दिन
उनमें फिनाएल उलवा दिवा करें। दिदेवें गन्दी रहते से कई
प्रकार के कोटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई योमारिवर्ष फैनता हैं।

शीटवादि से निष्टत होकर द्तुवन करे। दतुवन नोम या प्रवुल की तकड़ी से करना चाहिए। उसके प्रधात प्रदि सुमीता रहें तो तिहा के तैन का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से शरीर का चमड़ा नमें और विकत्त हो जाता है। शरीर हलका और कुर्जीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, प्रारे हलका और कुर्जीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, प्रारे हुन्सी, ब्रादि चमें रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को अधि दिन मालिश का सुमीता न हो उन्हें चाहिए कि ये ब्राट दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पद्मात् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवार्वे उन्हें गमें जल से साधुन लगाकर स्नान करना न्याहिए। शेर लोगों को टवडे ताजे पानो से स्नान करना चाहिए तक हो सके श्रीपियों से यसता चाहिए श्री को नियमित यनाकर उत्तम स्थास्थ्य की प्राप्त व नीचे इम उन चन्द नियमी को लिखते हैं

भावरण करने से मनुष्य दीर्घायु, सस्थ । सकता है।

> आरोग्य सम्पन्धी नियम प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को खाल, और मस्तिष्क व चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार एजे प्राह्म प्र् उदमे का अभ्यास डालग इस समय की याद्य होतों है। इस घायु के सेवम से चिक्त प्रकृतिलत । मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को बस्त हो-काजियत रहती हो, चिक्त में प्रमाह और अ रहता होतो उसे उदते ही कुहा करके एक गि खान कर पी लेगा चाहिए। इस किया से अ खाता है और चिक्त मुक्तिलत रहता है। यह खाता है और चिक्त मुक्तिलत रहता है। यह तथा पहुत मामूली नज़र आती है पर चास्त की है।

मस्तिष्क सम्बधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, सृगी, विचाझम त प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायते हों तो प्रातःकाल बार बजे उडते ही खाना हुआ उत्तर नाक की खोर से पीने का झम्पासकरे। धीरे; से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पह गहुत सावधाती से काम लेता चाहिय। झम्यास हुय के पथान् तो इस किया में बड़ा आनन्द आता है। इस किया की हमारे शास्त्रों में बहुत मर्यासा की गई है। मस्तिक सम्बन्धी रोगों का यह अच्छा इसाज है। पर विद इसमें सावधाती से काम न लिया गया और पाती मस्तिक में चड़ गया तो यहत हानि होते की सम्मायना है।

स्तान जागृत होने के कुछ भिनडों के पश्चात् मनुष्य को शींच्यादि फर्मे से निवृत होना चाहिए। हमारी राव में तो यदि यह निवृति कहल या मेदान में को जाय तोचहुत श्रद्धा है। पर जो लोग ऐसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि से श्रपने घर की बहियाँ को हपादार, साफ़, श्रीर सुवरो रस्क, हर चीथे दिन जनमें फिनारल स्तवा दिया करें। दिहेंयें गन्दी रहने से कई सकार के कीटाणु उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई योमा-रियों फैनकी हैं।

शीवयादि से निरृत होकर स्तुपन करे। स्तुपन नीम या प्युत की लक्की से करना चाहिए। उसके प्रधात् पति सुमीता हो तो निहा के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से खरोर का चमड़ा ममें और विकत्ता हो जाता है। एग्रेर हकता और पुनींता रहता है, बाद, खाड़, गुजलो, फोरे, कुन्सी, खादि पमें रोग नहीं होते। पर जिन सोगी को मति दि मालिश का सुमीता नहों उन्हें चाहिए कि ये आह दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के पधान् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिश करवार्वे उन्हें गर्म जल से साधुन लगाकर स्नान करना स्वाहिय। शेव सोर्मों को ठाडे ताजे पानो से स्नान करना चाहिए

নি জীপ্ৰদ

तक हो सक भीपिपों से बचना साहित भीर अन्वाहित। को निविधन बमाकर उत्तम स्वास्त्र्य को प्राप्त करना (अनुसार मीर्ग इस उन सन्द निवर्मी को निजने हैं निवर्महरू ही आपरण करने से मनुष्य वीर्मीन, स्वस्य और ! सकता है।

मारोग्य सम्बन्धी निवय

प्रातःकाल उठना

जा रखना जास्त्रीत

जो लोग घरीर को खरण, और मस्तिष्क को ता जातमंत प्राहते हैं उमें मातःकाल चार यह माता मुह्हे के स्वस्थकर उटने का झम्यास गालम इस समय की यातु महुन हीए के होती हैं। इस पायु के सेवम से चित्त महुलिलत बुद्धि स्वर्ध होता मस्तिष्क ताजा होता हैं। यदि किसी को वस्त साफ, में मारीपन हो-किस्तियत रहती हैं।, किसी को ममाद और अर्थर देखता जल रहता होतो उसे उटने हो बुझा करके एक गिलास कि सिन्हें होन कर पी लेना चाहिए और जल पोकर इस पहस्त साफ, फिर से लेट जाना चाहिए। इस किया से अवश्य साधारण आता है और चित्त महुलिलत रहता है। यह वित्यायहुत मां तथा यहुत मामुली नज़र आती हैं पर वास्तव में की है।

मस्तिप्क सम्बधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, सुगी, चित्तम्रम तथा श्री गहिए कि प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायत हो तो उसे रेतिकर उसे प्रताकत चार बजे उस्ते ही छाना हुआ उरहा जल तस बढ़ाते नाक की श्रोर से पीने का अभ्यास करें। धोरेर श्रभ्य किया में से यह किया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस महुत सावधानी से काम सेना चाहिय। सम्यास हुय के पथान् तो इस किया में बड़ा आनन्द आता है। इस किया की हमारे 'शास्त्रों में पहुत प्रतंसा की गई है। मस्तिक सम्बन्धी रोगों का यह अनुक हता है। पर यदि इसमें सावधानो से काम न लिया गया और पानो मस्तिक में चढ़ गया तो बहुन हानि होने की सम्मायना है।

स्नान

जाएन होने के कुछ भिन्दी के पक्षान् ममुल्य को ग्रीक्यादि कमें से निवृत होना चाहिए। हमारो राय में तो यदि यह निवृति कहल या मेदान में को जाय तीयहृत खब्दा है। पर जो तोग ऐसा महीं कर उदन्ते उन्हें चाहिए कि ये अपने घर की बहियों को हयादार, साफ़, और सुवरो रक्क, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टहियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कोटाख उनमें उत्पन्न हो जाते हैं जिससे कई थोगा-रियाँ फैनाही हैं।

ग्री-व्यादि से निष्टुत होकर द्युचन करे। द्युचन नीम या प्युच की लक्ड़ों से करना चाहिए। उसके प्रधाद पदि सुमीता हो तो लिहा के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से ग्रारीर का चमड़ा नमें श्रीर चिकता हो जाता है। ग्रारीर हलका श्रीर फुर्जीला रहता है, दाद, खाज, खुजली, 'फोड़े, फुन्सी, श्रादि चमें रोग नहीं होते। पर जिन लोगों को मति दिन मालिश का सुमीता नहीं उन्हें चाहिए कि ये श्राट दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिए के पद्यान् कान करना आवरयक है। जो नित्य मालिए करवार्वे उन्हें गर्म जल से साबुन लगाकर कान करना चाहिए। शेर लोगों को ठरहें ताने पानो से झान करना चाहिए तक हो सक श्रीपिपीं से बचना चाहिए श्रीरं अपने जीवन को नियमित बनाकर उत्तम स्यास्ट्य को मात का चाहिए। मीचे हम उन घन्द नियमों को लिएते हैं दिनके श्रतुसार आचरण करने से मानुष्य बीपीयु, सस्य श्रीर सुदृढ़ हो सकता है।

बारोग्य सम्पन्धी नियम

प्रातःकाल उटना

जो लोग शरीर को खत्म, और मस्तिष्क को ताजा रखता चाहते हैं जमें मातःकाल चार पजे ब्राह्म हैं के अग्यातं उदने का अभ्यास शालग हम समय की वाज मुद्ध त स्वस्थकर उदने का अभ्यास शालग हम समय की वाज मुद्ध त स्वस्थकर होती है। इस वाजु के सेवन से चिव अफुल्लित शुलक नहीं होता मस्तिष्क ताजा होता है। यदि किसी को वस्त स्वैर में भारीपन हो-किज्ञयत रहती हो, चिल में ममाद और यर पर भारीपन हाता होतो उसे उदने ही हुका करके एक गिल सर्व एक पति हुक्त कर पी लेना चाहिए और जल पीकर क्ष्म पांच मिनट हात कर पी लेना चाहिए और जल पीकर क्ष्म यांच मिनट किस से हुट जाना चाहिए। इस किया से अबु स्व स्त्र सामारण क्षाता है और चिल अफुल्लित रहता है। यह किया सामारण व्याप महत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्के की है।

मस्तिप्क सम्बधी शिकायतें

यदि किसी को पीनस, सुगी, चित्तम्रम तथ् । और भी इसी प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायत हो तो र्'से चाहिए कि प्रातःकाल चार बजे उटते ही छाना हुधा दएडा ^{जल} लेकर उसे नाक की ओर से पीने का अभ्यास करें। धीरे २ अभ्यास बढ़ाने से यह किया बहुत सहज हो जाती है। पहरें इस किया में पहुत सावधानी संकाम सेना चाहिए। झम्यास हुए के पथान् तो इस किया में यहा आनन्द आना है। इस किया की हमारे 'शालों में यहत प्रशंसा की गई है। मस्तित्क सम्बन्धों रोगों का यह अच्चक हसात है। पर यदि इसमें सायधानी से काम न लिया गया और पानी मस्तित्क में चढ़ गया तो यहन हानि होने की सम्भावना है।

स्नान

जाएन होने के कुछ भिनडों के पक्षात् महुप्य को शोब्यादि फर्में से निवृत होना चाढिए। हमारी राय में तो यदि यह निवृति कहल या मैदान में को जाय तो यदि यह कहा हो। पर जो तोग पेसा नहीं कर सकते उन्हें चाढिए कि थे छपने घर की बहियों को हवादार, साफ, और सुबरो रक्कें, हर चीधे दिन उनमें फिनाइल डलवा दिया करें। टहियें गन्दी रहने से कई प्रकार के कोटाएं उनमें उनपत्र हो जाते हैं जिससे कई योमा-

शौटवादि से तिहृत होकर द्युवन करे। द्युवन नीम या युवल सी लक्की से करना चाहिए। उसके पथात् यदि सुनीता हो तो तिहा के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से हारोर का चमड़ा नमें और विकत्त हो जाता है। शरीर हलका और फुर्जीला रहता है, दाद, खाज, खुजलो, कोड़े, फुन्सी, खादि यमें रोग नहीं होते। पर जित लोगों को मति दिन मालिश का सुनोता न हो उन्हें चाहिए कि ये झाठ दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिग्र के पश्चान् स्नान करना आवश्यक है। जो नित्य मालिग्र करवार्वे उन्हें गर्म जल से सावुन लगाकर स्नान करना स्वाहिए। शेर लोगों को उबडे ताजे पानो से स्नान करना चाहिए

तक हो सके श्रीपिधियों से बचना चाहिए और व पने जीवन को निर्वामत पनाकर उत्तम स्वास्थ्य को मान करने के अनुसार नीचे हम उन चन्द नियमों को लिएते हैं जिन् साचरण करने से मनुष्य दांगांगु, सब्ध और सुरह हो सकता है।

मारोग्य सम्पन्धी निवय

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को खख, और मस्तिष्क को चाहते हैं उन्हें प्रातःकाल चार पजे ब्राह्म मूहर्त चाहते हैं उन्हें आवाकाल चार पत्र मिक्ष सृहते ते स्वस्थकर उठमे का अभ्यास डालना इस समय की यातु यह तौरल और होती है। इस यायु के सेवम से चित्त प्रजुलितत युद्धि तौरल और होती है। इस यायु के सेवम से चित्त प्रजुलितत युद्धि नहीं होता मिक्सिक ताजा होता है। यिह किसी को वस्त साएँ में भारीपत हो-कजियत रहती हो, चित्त में ममाद और शरीर में भारीपत रहती हो, चित्त में ममाद और शरीर में आरीपत जल उत्त हो की उसे उठते ही कुझा करके पर गिलार पांच मिनिट हात कर पी लेना चाहिए और जल पांकर दस्त पांच मिनिट हित्त से होट जाता चाहिए। इस किया से अवहर्ष वस्त साफ खाता है और चित्त प्रजुलित रहता है। यह किया साधारण- जाता है और चित्त प्रजुलित रहता है। यह किया साधारण- तथा यहत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में बहुत मार्क की है।

मस्तिष्क सम्बद्धी शिकावतें

यदि किसी को पीनस, मृगी, चित्तम्रम तथा है प्रकार की मस्तिष्क सम्बन्धी शिकायतें ही तो उसे ल लेकर उसे प्रातःकाल चार वजे उठते ही छाता हुझा ठएडा ज नाक की ओर से पीने का श्रभ्यासकरे। धीरे २ श्रभ्यास बढ़ाने से यह किया बहुत सहज हो जाती है। पहले। स किया में

महुत सायभानी संकाम लेना चाहिय। अध्यात हुय के पक्षान् तो इस किया में पड़ा आनन्द आता है। इस किया की हमारे शास्त्री में पहुत मरांसा की गई है। मस्तिक सभ्यन्थी रोगों का यह अपूत क्लाज है। पर यदि इसमें सायभानी से काम न लिया गया और पानो मस्तिक में चढ़ गया तो यहन हानि होने की सम्भायना है।

. जान

शीटवादि में तिहुत होकर स्तुपन करे। स्तुवन नीम या व्युत की सक्षे से करता चाहिद। उसके प्रधान पिट्ट सुभीता हो तो तिहा में तेक का मालिश भी करवा लिया ज्या भाविद्य होते के सरो में प्रदेश का मालिश भी करवा लिया ज्या भाविद्य सरो में प्रदेश का चम्म हा नमें भीर विकत्ता हो जाता है। स्तिर हकका और कुर्नीला रहता है, दाद, व्याम, पुत्रकों, प्रतेह कुन्मी, भादि चमें सेम नहीं होते। पर जित्र लोगों को मालिश का सुभीता हो उन्हें चाटिए कि ये साड दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिए के पथान् धान करना आवश्यक है। जो निग्य मालिए करपार्वे उन्हें समें जल से सामुन लगाकर धान करना स्वाहिय। धेर सोगों को दश्टें नाजें पानों से खान करना चाहिय तक हो सके श्रीपधियों से यचना चाहिए श्रीर श्रपने जीवन को नियमित यनाकर उत्तम स्वास्थ्य को प्राप्त करना चाहिए।

नीचे इम उन चन्द नियमों को लिखते हैं जिनके अनुसार आचरण करने से मनुष्य दीवांगु, खस्य और सुरद हो सकता है।

वारोग्य सम्पन्धी नियम

प्रातःकाल उठना

जो लोग शरीर को खख, और मस्तिष्क को ताजा रखता चाहते हैं उन्हें प्राचःकाल चार पत्ने आल मुहते के अन्तर्गत उठने का अभ्यास डालना इस समय की यायु बहुत स्वस्क्रकाती हो। इस वायु के सेवन से चित्त प्रभुलिलत बुद्धि तीक्ष और मस्तिष्क लाजा होता है। यदि किसी को वस्त लाफ नहीं होता हो-किन्नयत रहती हो, चित्त ममाद और शरीर में भारीपन रहता होतो इसे उठते हो। इला करके एक गिलास उरहता जल खान कर पो लेना चाहिए और जल पीकर इस पांच मितिट किर से लेट जाना चाहिए। इस किया से अवश्य दस्त लाफ आता है और चित्त पहुल्लित रहता है। यह किया साधारण-तया यहत मामूली नज़र आती है पर वास्तव में यहत मार्स हो है।

मस्तिप्क सम्बद्धी शिकायतें

यदि किसी को पानस, मृगी, चित्तप्रम तथा और भी इसी प्रकार की मसिएफ समयग्यी शिकायत हो तो उसे चाहिए कि आतःकाल चार पजे उठते ही छाना हुआ दुएडा जल लेकर उमे नाक की और से पीने का अभ्यास करे। धारे २ अभ्यास बड़ाते से यह क्रिया बहुत सहज हो जाती है। पहले इस क्रिया में

हरफ़न मीमा

पहुत सायधानी से काम लेना चाहिय। अभ्यास हुय के प्रधान् तो इस किया में पड़ा आनन्द आता है। इस किया की हमारे 'खालों में बहुत प्रशंसा की गई है। मिस्तिक सन्वन्धी रोगों का यह सच्चक हलाज है। पर पित हसमें सावधानी से काम न लिया गया और धानी मस्तिक में चड़ गया तो बहुन हानि होने की सम्भावना है।

स्तान जागृत होने के कुछ भिनटों के पश्चात् मनुष्य को शीव्यादि पर्म से निवृत होना चादिए। हमारी राय में तो यदि यह निपृति जहल या मैदान में को जाय तो यहुत खच्छा है। पर जो लोग पेसा नहीं कर सकते उन्हें चाहिए कि पे अपने घर की बहियाँ को हवादार, साफ़, और सुबरा रक्जें, हर चौथे दिन उनमें फिनाइल इलवा दिया करें। टहिये गन्दी रहने से फर्ड प्रकार के कीटाल उनमें उत्पम हो जाते हैं जिससे कई बीमा-रियाँ फेलती हैं।

शीव्यादि से निपृत होकर द्तुयन करे। द्तुवन नीम या यवल की लकड़ी से करना चाहिए। उसके प्रधान्यदि सुभीता हो हो तिल्लो के तेल का मालिश भी करवा लिया जाय। मालिश करने से ग्रारोर का चमड़ा नर्न और चिकना हो जाता है। रागेर इलका और फुर्नीला रहता है, दाद, खाज, गुजलो, फोड़े, फुन्सी, आदि पर्म रोग नहीं होते। पर जिन सीगों को मति दिन मालिश का सुभीता न हो उन्हें चाहिए कि ये आह दिन में मालिश कर लिया करें।

मालिश के प्रधान् स्नान करना स्नायश्यक है। जो निन्य मालिए करपार्वे उन्हें गर्म जल से सायुन लगाकर स्तान करना चाहिए। धेर लोगों को ठाई ताजे पानो से खान करना चाहिए

मालिश पाला को भी सिर तो ठएडे जल ही से घोना चाहिए। स्नान करना मनुष्य शरीर की श्रुद्धि के लिए एक अत्यन्त आर्थ-श्रमक बात है। इससे पत्नीन और भैल से रुके हुए शरीर के छिद्र खुल जाते हैं—रक्त की गति स्वामाविक हो जातो है। ग्रुस्ती और प्रमाद का नाश होकर चित्र चर्चन होता है। ग्रुस्ती श्रमद को नीही है। और सब रोगों का नाश होता है। हमारे प्राचीन श्रुपियों ने तो इसीलिए स्नान को धार्मिक जीवन का एक श्रद्ध वना दिया है।

स्मरण रहे स्नान भातःकाल के समय ही में करना चाहिए। सर्दियों में गर्म जल से और गर्मियों में ठएडे जल से करना चाहिए। गर्मियों में सन्ध्याकाल को भी स्नान करना झावस्यक है।

कसरत करके, भोजन करके; स्त्री प्रसङ्ग करके, ज़ुलाय लेकर स्नान करना द्वानिकारक है।

वायु सेवन और व्यायाम

स्नानादि कार्य्य से मतुष्य को पाँच साहे पाँच वजे तक तिन्तुत हो जाना चाहिए। उसके पद्मात् उसे शहर से वाहर अद्य वायु सेवन के निमत्त जाना श्रावश्यक है। वायु सेवन के निमत्त जाना श्रावश्यक है। वायु सेवन के निमत्त जाना श्रावश्यक है। वायु सेवन के सिम्त श्रीर श्रीर से अधिक सेवा कार्या में वायु सेवन के सिम्त श्रीर श्रीर सेवा पर सूर्व्य वाहर निकले वहाँ पर बैठ कर उसे अपनी झाती पर सूर्व्य कार्य तेना वहाँ पर बैठ कर उसे अपनी झाती पर सूर्व्य का तुक्य होती हैं। इन किरणों से मतुष्य को कई प्रकार की व्यायिय नष्ट होती हैं। सूर्व्य कान की प्रशंता आधुनिक यूरोपीय विद्वानों ने मुक्तकरन से की है। इसी समय प्यासन लगा कर, सूर्व्य

के सम्मुख मुख मरके सम्पादि कमें से निवृत्त हो जाना चाहिए। इस कमें से मगुष्य को माण्याम का अध्यास करना चाहिए। माण्याम श्रासाय करना चाहिए। माण्याम श्रासाय करना चाहिए। स्वांच करके जयतक सुमीते पूर्वक उसे रोक सके तय तक उसे रोकना चाहिए। और उसके पश्चात घोरे ए उसे छोड़ना चाहिए। यह श्रास रोकने की अधिक अधिक अधिक उतना ही अधिक स्वांच उसके उतना ही अधिक साम होगा। जिस ब्यान पर जाकर पेंकोपेश, हामियोपेश, हाम्होने सेथी माहि सभी पिथा अपना चमन्कार दिखाती हैं। यह माण्यान पात हो सो का माण्यान चमन्कार दिखाती हैं। यह माण्यान पात हो सो का माण्यान प्राप्त हो स्वांची का माण्यान स्वांचार दिखाती हैं। यह माण्यान पात हो सोच का मुखतव हैं।

इस क्रिया के प्रधान मतुष्य को प्यायाम करना चाहिए।

ग्रारीन को विलग्न कीर सुक्षील वनाय नकने के लिए व्यायाम
से बदकर कोई दूसरी यन्तु नहीं है। यो को तल वीष्यं बहाने पाले पूर्यों पर को पदार्थ हैं परन्तु विना व्यायाम के इन परार्थों के व्याने से कुछ भी लागनारी होता। कई द्यमीर स्रोग दिहेया २ तर चीज़ें पाते हैं यर व्यायाम नहीं करते, क्रियंक परिलाम सक्य उनका ग्रारीर वेदहा चीर थल वस हो जाता है। लाकन का उनमें होंगे भी नहीं रहता। यहाँ तक की उनको जावहरून लेना चीर इस बदस चलना भी बटन हो जाता है। साध्याण कल भीजन बरने वाला मनुष्य भी उनको पदाइ यकना है रससे लिख होना है कि उत्तम भोडन बनो हातन में लान संपक्ष हो सकना है कि उत्तम में उसके साथ व्यायाम भी किया जाय।

व्यापाम करने से शरीर में इलकापन, सन्दरता और सुकीलता आती है। जटलाग्नि बदल होनी है, यहरा सुनाब हे फुल की तरह जिलड़ठता है। स्थूलता या वेढहापन नाय करने में इसके बराबर दूसरा कोई उपाय नहीं। नियमित कसरत करने वाला मगुष्य कई मयद्भर व्याधियों के पत्रे से मुक्त रहता है।

ह्यायाम कर मकार का होता है। व्यख्न, वैठक, मुद्गरधुमाना, दीइना शादि कई व्यायाम पेसे हैं जिनको प्रायः सव
लोग जानते हैं। इस मकार के अभ्यासों से शरीर पुष्ट और छुन्दर
होता है पर आज कल कुछ व्यायाम इस मकार के निकले हैं
जो शारीरिक और मानसिक दॉनों ही मकार को विवस्त प्रदान
करने वाले हैं। इस प्रकार के अभ्यासों से हमने थोड़े ही
हिनों में आह्वचर्य जनक लाम होते हुए देखा है। वे व्यायाम
आण्याम के बहुत अधिक सम्बन्ध रखते हैं। हमने कर्पर भी
आण्याम का उल्लेख किया है। यहाँ हम पाठकों के लाभा
इस विषय पर कुछ विस्तृत विवेचन करना चाहते हैं हमा
दिश्यास है कि यदि पाठक इस प्रकार को प्रदतियों में।
किसी को आजामार्यों तो आह्वचर्यकरक चमत्कार जन्म

माणायाम और शारीरिक उन्नति

हमारे कई पाठक इस थात से अनिश्व होंगे कि प्राप् याम से हमारे शरीर और मन पर क्या प्रमाय पड़ता है उनके समाधान के लिये हम यहाँ पर इसका कुछ स्पष्टीकर कर देते हैं।

हमारे सारे शरीर में सैकड़ों स्एम नलियाँ वती हुई ^{है} फुछ नलियाँ सो पेसी हैं जो शरीर से हृदय में श्राती हैं ¹ नलियों को "शिरा" कहते हैं। श्रीर कई नलियाँ पे । इदय सें शरीर में जाती हैं इन नलियों को "घमनी" : हैं।

हमारे ग्रगीर में दिनरात रक्त प्रवाहित होता रहता है। वकार के व्यापारों में उसका मयोग होता है जिससे यह द श्रीर मेला हो जाता है । उसके श्रम्तर्गत प्राणनद xygen) धायुका जो तन्य रहता है घह नष्ट होकर उसमें ली घाय (Corbonicised) का समायेश हो जाता है। शिरा को नलिये इसी अग्रद रक्त को ग्रद करने के लिए हदय तनों हैं। हदय उसे हमारे फेफड़े (Lunges) में भेजना है से फेफड़े का काम शुरू होता है फेफड़ा स्पंज की भाँति प्य छोटे २ घटकों (Cells) का समुदाय है। एक येहानिक इसाय लगाया है कि यदि एक शरीर के घटकों (कर्णी) को ा दिया जाय तो उनका थिस्तार १४००० वर्ग फीट होगा। ज्य एक मांस पेशी की चाल से ख़लते और वन्द्र होते हैं। ये कण खुलते हैं तब एक ओर से इनमें हृदय द्वारा फीका ा श्रग्रद्धरक गिर जाता है श्रीर दूसरी श्रोर से हमारे ध्वास गरा खींची हुई शुद्ध बायु बहाँ पहुँच जाती है। यह बायु रक की तमाम अग्रद्धता की खींच कर वाधिस श्वास के त बाहर निकल जाती है। फेफड़ा उस शुद्ध रक्त की गस हदय के पास भेजता है और हदय धमनी निलयों के ा उसे सारे शरीर में प्रवाहित करता है।

इस वात को कहते तो यहुत देर लगती है पर क्रिया होती त श्रीम है। एक बार अशुद्ध रक जाता है और वहाँ से र होकर आता है। इस क्रिया से हृदय में एक बार अड़कन गत्र होती हैं। एक मिनिट में साधारणतया ऐसी ७२ धड़-ां होती हैं।

अब हमें देखना यह है कि प्राणायाम इस किया पर क श्रसर डालता है। हम जो साधारण भ्यास लेते हैं यह प् श्वास नहीं होता, यह श्वास फेफड़े के सब भागी तह नह पहुँचता । जिससे फेफड़े के कुछ भाग शुद्ध नहीं होने से उन द्युयरस्युलोक्षिल नामक महामयंकर हायरोग के कोटाए उत्पन्न हो जाते हैं। श्रीर हसी प्रकार खाँसी, निमोनिया, श्राह आदि फेफ़ड़ों से सम्यन्ध रखने घाली भयद्वर वीमारियाँ उत्क हो जाती हैं। इन्हों व्याधियों से वचकर शरीर को स्वस् रखने के लिए प्राणायामकी श्रवश्यकता है। प्राणायान में मनुष्य पहले लम्या भ्यास तेज हवा की तरह शरीर में पहुँवाना है और अपनी तेजी के कारण फेंफड़े के एक र कण में पहुँची जाता है। उसके प्रधात कुछ समय तक यह रोका जाता है जिससे उसे रक्त की अशुद्धता चूसने का अवसर भी मिलत् है। और फिर धीरे र छोड़ दिया जाता है। इस प्रकार सारे शरीर की शक्ति हो जाती है।

कुछ उपयोगी नियम

माणायाम सम्यन्धी व्यायाम करने वाले व्यक्ति के लि निम्नलिखित नियमी का पालन अत्यन्त आवश्यक हैं-

(१) अभ्यासी का मन शुद्ध होना चाहिए। उसका मोज श्रीर जल भी शुद्ध और सांत्यिक होना चाहिए। बिन क श्रुद्धि के विना मानसिक स्वास्थता नहीं रह सकती।

(२) अभ्यासी यदि पूर्व ब्रह्मचर्य से रह सके तव तो कह^त ही क्या । पर यदि उसकी पेसी स्थिति न हो तो उसे ^{कारी} घासना पर संमय अवश्य रखना चाहिये ।

(३) श्वास नाफ से लेना चाहिए। मुँह से श्वास लेने रं

हरफन मीला

।यद्गर हानि होती है। इसके श्रतिरिक्त गहरी श्यास लेने की गदत डालना चाहिए।

- (४) किसी भी भातु में मुँह ढक कर नहीं सोना चाहिए।
- (५) व्यापाम शुद्ध आर साफ स्थान में करना चाहिए।
 - (६) भोजन भूख से कुछ कम करना चाहिए।

अम्यास

प्राणायाम के शन्तर्गत तीन कियाप प्रधान होती हैं। (१) श्वास का यादर निकलना, इसे "देखक" कहते हैं। (३) श्वास का भीतर जींचना इसको "युरक" कहते हैं। (३) श्वास को रोवना इसे संबंध कहते हैं।

- (१) क्षीच खड़े हो जाओ। धीर २ झपने दोनों हायों को सामने की श्रीर सम्या करों, इस फिया के साथ २ ध्यास स्वांचते जाओ, इसके परचात् दोनों हायों को धीर २ जपर उठाओं, जय पूरे ऊपर उठ जोंच तय उनको मिलाकर ध्यास उतनी देर तक रोको जितनी देर तक सुमीते से रोक सकी। उसके परचात् दोनों हाय को क्या स्वांचे करके धीरे धीरे नीच उतारों। इस किया के साथ ध्यास धीरे धीरे होड़ों। (संदेप) ध्यास सेने के साथ साथ श्यास धीरे धीरे होड़ों। इस किया के साथ ध्यास धीरे धीरे होड़ों। उसके परचात् भारत हो होड़े ते समय हायों को मी धीर २ होड़े दो। इस प्यायम से भूजायें, और केफ़ड़े मजदत होते हैं।
 - (२) यदि जाली भुजाओं को पुष्ट करना हो तो, सीधे खड़े होकर, हार्यों को सामने की कोर लम्या करो। इसके परचात् मुहियें बाँध कर उन मुहियों को धीरे धीरे कम्या की

चोर ले जाद्यो । जय तक मुद्दी फन्धे सेन भिल्ल जाय तप त भरपूर भ्यास खींच लो। बसके परचात् उसे रोको जब श्वार छोड़ने लगो तब मुद्दियाँ भी घोरे २ यापस ले ब्राक्रो। (३) यदि सारे शरीर को स्वस्य यनाने की इच्छा है

तो यह अभ्यास करो। यांचे घुटने पर दाहिना पैर रन्ने श्रीर दाहिने घुटने पर याँया पर। परचात् दाहिने हाण को पीट की ओर लेजाकर उससे दाहिने पर का अंग्री श्रीर वाँय हाथ को पीठ की थोर लेजा कर उससे वाँप परश अंगुठा पकड़ो। यदि हाथ अंगुठ तक न पहुँचे तो जहाँ तक पहुँचे बहीं तक रक्लो। और बदन को तान दो। फिर हुली, गला और मस्तक एक सीध में फरलों, उसके परवात् धरि? नाक की भ्यास बाहर निकाल दो, और पहाँ तक दूसरी खास मत खींची जहाँ तक की तुम बिना खींचे सुभौते सेरह सकी। उसके परचात् श्वास खींचना शुरु करो । धीरे २ अस्पूर श्वास र्वीच लो, फिर उसे भीतर ही रोक वो जहाँ तक सुमीते से इक सके रोको। किर उसे घोरे २ छोड़ दो। इस अकार वार २ वह तक करो जहाँ तक तुम्हारे शरीर के रोगटे न खड़े हो जाँव। इस मकार के और भी कई अभ्यास है जिनका वर्ष प्राणायाम सम्बन्धी किली पुस्तक में देखना चाहिए। हम इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फायदा होते हु देवा है। यड़ी २ ज्याधियां ह्व मकार के अभ्यासों से दूर है जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से हनको वहुत अधि

भेाजन

मतुष्य जीवन के लिए भोजन यहुत ही अनिवार्य बल् है। यायु और जल के परचात् शायद यही पेली वस्तु

जिसके विना अनुष्य जीवन घारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमी के न जानने के कारण ये अनीयमित रूप से . विनाचवाये प्रकृति विरुद्ध कथा पका भोजन कर लेते हैं। , जिसके फल सकप असमय में ही योमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जयानी में हो बुढ़ापे का मज़ा लूटते हैं।

भोजन सादा ही ध्यों न हो यह यदि नियम से किया जायमा तो श्रवश्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्य रक्खेमा। पर यदि बढ़िया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो

मनुष्य को ग्रस्यम्य धना डालेगा।

भोजन हमारे पेट में जब जाता है तब हमारी जटराग्नि के द्वारा उसका रस यनता है। रस वनने के पश्चान् उसमें जो मैल होता है यह तो मलद्वार की श्रोर से निकल जाता है। शेप रस से रक यनता है। रक से मांस धनता है, मांस से चरवी वनती है। चरवी से हुड़ी, हुड़ी से मजा और मजा से धीर्व्य बनता है। इन्हीं सातों धातुओं पर हमारा जीवन स्विर है, और इन धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिखे नियमों पर ध्यान देकर भोजन करने से यडा लाभ होता है-

(१) हमेशा खूब भूख लगने पर और पहले खाये हुए भोचन के पच जाने पर भोजन करना चाहिए। धजीए में, या विना भूख लगे भोजन करने से जटराज़ि मन्द हो जाती है। श्रीर रक्त पिचादि दुए रोग हो जाते हैं।

(२) मुख लगने पर मोजन न करने से मो आधि मन्द हो भ जाती है। और भूख में भोजन न करके जल हो से पेट भर भ लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

इरफ़न मीला

चोर ले जाझा । जब तक मुद्दी करूपे से न भि भरपूर भ्यान कींच लें । इसके परचान् उसे खोड़ने लगे तब मुद्दियाँ भी घोरे २ वापस ले

(३) यदि सारे शरीर की स्वस्य बना तो यह अभ्यास करो । यांव घुटने पर दा श्रीर दाहिने घुटने पर घाँया पर। पश्च को पीट की और लेजाकर उससे वाहिने थीर बाँबें हाथ को पोड की थोर लेजा कर उ अंगुटा पफड़ो। यदि छाथ अंगुट तक न पहुँ पहुँचे घटीं तक रपयो । और धदन को तान गला और मस्तक एक सीध में फरलो, उसके नाक की श्यास बाहर निकाल दो, और वहाँ : मत खींचो जहाँ तक की तुम विना खींचे सक उसके पश्चात भ्वास खींचना शुरु करो । धीरे खींच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ ह सके रोको। फिर उसे घोरे २ छोड़ दो। इस-तक करी जहाँ तक तुम्हारे यरीर के सेगरे न इस प्रकार के और भी कई अभ्यास

प्रावायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देवन इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ़् देवा है। बड़ी २ व्याधियां इस प्रकार के अ जाती हैं। हम सावारण व्यायाम से इनक् महत्वदूर्णसममते हैं।

मनुष्य े भोजन यहुत हो है। बायु और प्रायद यह जिसके विता मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए सभी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्प्रपत्री नियमी के जानने के कारण ये श्रमीयनित कर से विना चयाचे प्रकृति विरुद्ध कथा पका भोजन कर लेते हैं। जिसके फलस्कप अस्तमय में हो बोमार पड़कर मृत्यु के शिकार होते हैं। या जयानों में हो बुहापे का मृजा नृद्धते हैं।

भोजन सादा ही फर्यों न हो यह यदि नियम से किया जायगा तो अवस्य मनुष्य को दीर्घायु और स्वस्य रक्तेगा। पर यदि बढ़िया ओजन भी थे नियम से धाया जायगा तो

मनुष्य को शस्याव यना डालेगा।

भोजन एमारे पेट में जब जाता है तब इमारी जटराहि के द्वारा उत्तवता रस वनता है। रस बनने से परचानु उसमें जो मेल होता है पट तो मलहार की ओर से निकल जाता है। एवं से मोल बनना है, मौल से एवं से रस बनना है, मौल से चरवी वनती है। परवी से दूरी, दूरी से मजा और मजा से वर्षाय वनती है। परवी से दूरी, दूरी से मजा और मजा से वर्षाय वनता है। इस्तें सात्रों पर हमारा जीवन सिर है, और इस पातुमों का मूल झाहार है रसलिय चाहार हो हमारे जीवन का मूल है। नीचे लिये नियमों पर प्यान देकर भोजन करने से बड़ा साम होता है—

(१) हमेगा गृह भूव लगने पर और पहले धाये हुए भोजन के पच जाने पर भीजन करना चाहिए। छात्रीय में, या विना भूव लगे भोजन करने से उटगद्धि मन्द्र हो जाती है। और रक्त पिचादि हुए सेग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर भोजन न करने से भी द्यक्ति मन्द हो जाती है। और भूख में भोजन न करने के सा हो से पेट सर

सेने से जलोदर रोग हो जाता है।

चौर ले जाझो। जब तक मुद्धी कन्धे से न भित्न जाय तब तो भरपूर श्वास खींच लो। बसके परचात् उसे रोको जब श्वाह

होड़ने लगो तब मृद्धियाँ भी धीरे २ वापस ले झाझो। (३) यदि सारे शरीर को स्वस्य बनाने की हन्छ। है

तो यह अस्पास करो। याँ युटने पर वाहिन है। को सार हाहिने छुटने पर याँपा पर। परवात दाहिन है। को पीट की झोर लेजाकर उससे दाहिने पर का आहे। और लेजाकर उससे वाहिने पर का आहे। और लेजाकर उससे वाहिने पर का आहे। यहि हाथ को पीट की झोर लेजा कर उससे याँपे पर का आंग्रुंग पकड़ो। यहि हाथ थांगूंट तक न पहुँचे तो जाई कर पर्वेच पर्हा तक रमयो। और यहन को तात दो। किर हुकी, नाल और मस्तक एक सीप में फरलो, उसके परवात पाँरिन नाल की श्यास वाहर निकाल हो, और पहाँ तक हुसरी आहं मत लें। वो जाई तक को तुम बिना लींथे सुभीते से रह सभी उसके परवात का बांच लोंगा सुभीते से रह सभी विकाल करो। पीरे र अरपु धाल खांच लों, किर उसे भीतर हो रोक दो जहाँ तक सुभीते से रह सके रोको। किर उसे धारे र छोड़ हो। हम अफार यार र बी तक करो जहाँ तक तुन्हारे शरीर के रोनट न खड़े हो जाँग। हस मकार के और भी कई अस्पास हैं जिनका पर्वे

इस प्रकार के और भी कई अध्यास हैं जिनका पूर्व प्राणायाम सम्बन्धी किही पुस्तक में देखना चाहिय। हमें इस प्रकार के अध्यासी से चामकारिक कायदा होते हुँ देखा हैं। बज़ी रव्याधियां इस प्रकार के अध्यासों से दूर हैं जाती हैं। हम साधारण व्यायाम से इनको बहुत अधिक महत्वर्यु समम्मते हैं।

भाजन

मनुष्य जीवन के लिए मोजन यहुत ही अनिवार्थ्य घर्छ है। बागु श्रीर जल के पश्चात् शायद यही ऐसी बस्तु जेसके यिना मनुष्य जीवन घारण नहीं कर सकता। जीवन बारण करने के लिए समी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण ये ऋगीयमित रूप से विना चवाये प्रकृति विरुद्ध कथा पत्ना भोजन कर लेते हैं। जेसके फल सरुष असमय में हो योगार पड़कर सुखु के शिकार होते हैं। या जयानों में हो युद्धि का मज़ा सुट्ते हैं।

हाकार हात है। या जयाना महा बुहार का नमा एटन है। भोजन बादा ही दयों ने ही यह यदि नियम से किया जायागा तो प्रायश्य भनुष्य को दीर्घायु और स्वस्य रफ्छेगा। पर यदि बहिया भोजन भी वे नियम से खाया जायगा तो

मनुष्य को यस्यस्य बना डालेगा।

मोजन कर स्वार के प्रतिक्षा के स्वार्ध कर हमारी जहराब्रि के द्वारा उसका रस वनता है। रस वनने के परचान् उसमें जो मेल होता है पद तो मलद्वार की खोर से निकल जाता है। शेप रस से रक्त वनता है। रफ से मांस पनता है, मांस क्षार के स्वार्ध के स्वार्

(१) हमेरा खूब भूख ताने पर और पहले खाये हुए भोजन के पच जाने पर भोजन फरना चाहिए। छातीर्छ में, या विना भूख ताने भोजन करने से जटपांत्र मन्द हो जाती है। और रक्त पियादि हुए रोग हो जाते हैं। (२) भूख ताने पर भोजन न करने से भी छाति मन्द हो

(२) मूख लगने पर भोजन न करने से भी धाति मन्द हो जाती है। श्रीर भूख में भोजन न करके जल हो से पेट मर लेने से जलोदर रोग हो जाता है। दर्फन भीका

भोर ले जायों। जब तक मुद्दी कन्धे सेन भित्र जाय तव हा

भरपूर भ्वास गाँच लो । बसके पश्चान् उसे रोको जब भार छोड़ने लगो तय गुद्धियाँ भी चीरे २ वापस ले आशी। (३) यदि सारे शरीर की स्वस्थ बनाने की रव्य है तो यह अम्यास करो। बांवे घुढने पर दाहिना पर रानी श्रीर दाधिने घुटने पर पाँचा पर। परचात दाहिने हार को पीठ की श्रीर लेजाकर उससे दाहिने पर का संस्थ

थीर याँवें हाथ को पोड़ की ओर लेजा कर उससे वाँवें वेरब शंगुटा पकड़ो । यदि एाथ शंगुडे तक न पहुँचे तो जहाँक पहुँचे वहीं तक रक्तो । और घरन को तान हो । फिर हाँकी गला और मस्तक एक स्वीध में करलो, उसके परचात कारे नाफ की श्वास बाहर निकाल दो, और बहाँ तक दूसरी वाह मत लींचो जहाँ तक की तुम बिना लांचे सुमीते से रह सही। उसके पश्चात् भ्यास खींचना शुरु करो । धीरे २ भरपूर वास

र्वीच लो, फिर उसे भीतर ही रोक दो जहाँ तक सुमीते से सके रोको। फिर उसे घीरे २ छोड़ दो। इस अकार बार १ वहीं तक करो जहाँ तक तुम्हारे धरीर के रोगटे न खड़े हो आँव इस प्रकार के और भी कई यागास है जिनका वर्ण प्राणायाम सम्बन्धी किसी पुस्तक में देखना चाहिए। हर्म

इस प्रकार के अभ्यासों से चमत्कारिक फ़ायदा होते हैं देखा है। बड़ी र व्याधियां इस प्रकार के अभ्यासी से दूर जाती हैं। हम साधारण व्यापाम से इनको वहुत अधि महत्वर्शेसमभते हैं। भेाजन

मनुष्य जीवन के लिए भोजन यहुत ही श्रनिवार्ध्य वर्ष है। बायु और जल के परचात् शायद यही ऐसी वस्तु

जिसके विना मनुष्य जीवन धारण नहीं कर सकता। जीवन धारण करने के लिए समी मनुष्य भोजन करते हैं पर भोजन सम्बन्धी नियमों के न जानने के कारण ये ऋतीयमित कप से विना घयाये प्रदित्त विच्च कथा पक्षा भोजन कर लेते हैं। जिसके फल सकप असमय में हो योमार पड़कर मृत्यु के यिकार होते हैं। या जयानों में हो युद्रापे का मज़ा लुट्ते हैं।

ध्यक्षार हात है। या जयाना में हा युहार का मझा बुटत है। भोजन सादा ही क्यों न हो यह यदि नियम से किया जायात तो ज्यदरय महुप्य को दीर्घायु और स्वस्य रफ्लेगा। पर यदि बहिया मोजन भी थे नियम से खाया जायना तो

मनुष्य को श्रस्यस यना डालेगा।

में अप का अस्वस्थ बना डालागा ।

मोजन हमारे पर में जब जाता है तव हमारी जड़दादि के
द्वारा उसका रस चनता है। रस बनने के पश्चान् उसमें जो
मेंस होता है यह तो मसदार की ओर से निकल जाता है।
ग्रेंग रस से रस बनता है। रस से मांस बनता है, मांस से
बदावी बनती है। चरयों से हुई, हुई। से मजा और मजा से
पार्व्य बनता है। इसों सोतों धातुओं पर हमारा जीवन खिर है, और हम धातुओं का मूल आहार है इसलिए आहार ही
, भोंज करने में पड़ा से हो नीचे सिस्ते निपमों पर प्यान देकर

भाजन करने से पड़ा साम हाता है—

(१) हमेशा स्व मुंज सनने पर और पहले पाये हुए

भोजन के पय जाने पर भोजन करना चाहिए। झजीए में, या

विना भूख समें भोजन करने से जटराहि मन्द हो जाती है।

और रक पिचादि हुए रोग हो जाते हैं।

(२) भूख लगने पर मोजन न करने से भी द्यारा मन्द हो | जाती है। और भूख में भोजन न करके जल हो से पेट भर

्र लेने से जलोदर रोग हो जाता है।

- (३) भोजन चाहुँ किलना ही सादा पर्यों न हो पर कर् थीर दलका दोना चादिए । पृणित, यासी, सहा, गता, हर जला हुआ और संयोग विषद्ध मोजन करने से शास्त ह नाय होता है।
- (😮) मो्जन यनाने याला रसोइयाँ (चाहे पुरुष हो जी स्त्री) साफ़ और ग्रुन्दर संस्कारी थाला होना चाहिए। 👯 किये यिना उसे भीजन न बनाना चाहिए । भीजन के पहाले यर्तन, श्रीर रसोई घर भी शुद्ध, साफ़ श्रीर सुधरे होना वाहि

इन सय याती का स्वास्थ्य पर यहा झसर पहता है। (५) हमेरा भूण से कुछ कम खाना चाहिए। जिली

खाया हुया सुभीते से एजम हो जाय। (६) शाफ, तरकारी में यहुत श्रधिक चट्रपटे मसाले व

डालना, खास कर मिरची यद्धन कम डालना चाहिर। व्याहा मिरची यड़ा तुकसान करती है।

(७) भोजन को खुय चवा २ कर खाना चाहिए। कर

चवाया द्वया भोजन बहुत जुकसान करता है।

(=) भोजन के पहले पानी पीने से कमजोरी और पी पानी पीने से घेदही मुटाई आती है हाँ भोजन के बीच 2

थोड़ा २ शीतल जल पीने से रसायनिक किया अच्छी होती है। (ह) भोजन किये के प्रधात उसका कुछ श्रंश दांता में र

जाता है उसे साफ करके खूब कुल्ले कर लेना चाहिए। (१०) भोजन करके दौड़ना, परिश्रम करना, ज्यामा

करना, नींद लेना आदि याते युड़ी हानिकारक हैं। अतः उर्ह समय इन वातों से यचना चाहिए । भोजन करते हो या है धीरे २ रहलना चाहिए या पन्द्रह मिनट तक आराम कुरी पर बैठ कर झाराम करना चाहिए।

(११) जहाँ तक हो सके रात को मोजन करने से यचना यादिए । पर्योक्ति एक तो उस समय भोजन के कर्य पके की. गुद्ध, अगुद्ध की परीक्षा नहीं होती। दूसरे उस समय कई छोटे बड़े जन्तु इधर उधर उड़ते रहते हैं उनके मोजन में गिर जाने से भोजन श्रवि कर शीर शस्त्रस्थकर हो जाना है।

ਜਨ

मनुष्य शरीर के लिए मोजन की अपेक्षा भी जल अधिक गवश्यकीय पदार्थ है। भोजन के बिना मनुष्य किए भी कुछ देन निकाल सकता है। पर जलके विना श्रधिक दिन जोना कटिन हो जाता है। यदन में खून हमेशा चकर लगाता रहता है। इस किया से वह गाड़ा होता है जल उसीमें भिलकर उसे स्यामायिक यना देता है। इसलिए हमें पहुत शुद्ध हलका थार साफ जल पीना चाहिए। नहीं तो हम अवश्य योमार हो जाएँगे।

जल सम्बंधी नियम

(१) पानी हमेरा मोटे कपड़े में छान कर पीद्यो। छान करके पानी पीने वाले यहुत सी बीमारियों से चय जाते हैं। खास कर "नारू" (याला) तो उन्हें निकलता ही नहीं।

(२) जय प्यास लगे तव साफ और शीतल जल थोड़ा २ करके पीना चाहिए। जहाँ तक हो सके गहरे कुएँ का जल पीना चाहिए। धरसाती नदियों का गन्दा जल कभी नहीं पीना चाहिए। फिर चाहे यह जल गंगा, यमुना या अन्य किसी भी नदी का क्यों न हो।

(३) दूर से ब्राने पर, पसीने में, परिश्रम करके, चिकने पदार्थ लाकर जल न पीना चाहिए ।

(४) आगर सपतः में तरह ९ फे जल पीने तो उस जल का अवसुण दृर करने के लिए कर व्यक्तिए। जिसे परदेज म हो उसे विलक्ता र मह का इस्तेमाल करना चाहिए। इसमे व नहीं लगता।

यायु

जल से भी पाषु शरीर के लिए श्रिक इसके विना मनुष्प दिन की कीन कहे पाय घड़ी सकता। यादु स्वरूक्पी नियम हम पहले लिल कु के कुछ थोड़ से नियम हम पहाँ लिल देते हैं। प का होता है। पर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रका श्रीक उपयोगी है। ऑपिसजन, नाइड्रोजन श्री प्रसिद्ध । हम जो ध्वास लेते हैं उसमें साधारणत प्रसिद्ध । हम जो ध्वास लेते हैं उसमें साधारणत द्वार्ति । वाल करके "श्रीक्सजन" ही हमावार्षि है। नाइड्रोजन श्रीर कार्योलिक माण्यावक है। प ऑपिसजन इतना तेज हैं कि विमा नाइड्रोजन है उसकी तेजी को पदाँस्त नहीं कर सकते। इसी हि हमारे लिए पेसी स्वयस्था की है।

श्रस्तु ! हमें ऐसे मकान में रहना चाहिए जो से खुला हो, जहाँ पर शुक्र चायु आज़ादी के सार्र कोई प्रस्ताह नहीं फिर यह मकान फूस ही का राजमहल भी यदि चारों थोर से यन्त्र हो, उसमें मठन्य न हो, तथा उसमें स्ट्र्य की यून श्रात हो त पैदा करने पाली गन्दगों न होना चाहिए । रान को किसी भी करह के नीचे सोना दानिकारक है क्योंकि माड़ उस समय नास्ट्रोजन पायु ऐडिंक हैं।

निद्रा

वायु, जल श्रीर मोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए
निद्रा मी उपयोगी है। निद्रा का वेग रोकने से, सुस्ती, सिर
दर्द श्रीर जंभाई बगेरह श्राने सगती है। यदि कुछ दिनों तक
यदायर हम सोवें तो श्रवस्य हमारी तरहुरूननी जराय हो
जायती। हम प्रत्या देखते हैं कि माटक कम्पनियों में मितिदित
जगने वाले लोग यहत ही कम अपस्था में श्रवस्य हो जाते हैं।
सारे दिन के विरिध्म से यका हुआ मुत्रुप कुछ समय तक
श्राराम की निद्रा लें लें तो पह फिर से नियोग श्रीर ताजा
हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन श्रीर नया उत्साह
आजाता है। इसलिए उत्तम सास्य्य चाहने वाले मनुष्यों को
निद्रा के समय में हमेंगा निद्रा लें लेंग हो चाहिए।

निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस बजे सोकर सवेरे चार वजे उठ जाना चाहिए। यह समय निदा के लिये सब से चच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना द्दानि कारक है। इससे मञ्जय के तमोगुल की खुदि होती है और भट्ट नीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्भों के मीसम में चरटा दो घरटा देन में सो लिया जाय तो कोई जुकतान नहीं।

ं (३) यारह धर्ष तक के लड़कों को नी घएटे और जवानों को छः घरटे सोना चाहिए।

हरफ़न मीला २४

(४) थगर सफर में तरह २ के जल पीने का अवसर आवे जस जल का अयुगुण दूर करने के लिए कथा प्याज खाना । किसे परहेज़ न हो जसे विलक्ष्ण सूदम मात्रा में ह का इस्तेमाल करना चाहिए। इससे कहीं का पानी गिलागा।

वायु

जल से भी वायु शरीर के लिए अधिक आवश्यक है।
के विना मनुष्प दिन की कीन कहे पाय घड़ी भी नहीं जी
कता। वानु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख खुके हैं। वाकी
कता। वानु सम्बन्धी नियम हम पहले लिख खुके हैं। वाकी
छुछ थोड़े से नियम हम यहाँ लिख देते हैं। वागु कर्र मकार
होता है। यर मनुष्य जीवन के लिए तीन प्रकार का वागु ही
केक उपयोगी है। आँ विस्तुनन, नाहरोजन और कार्वेलिक
संख। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणतया २५ मान
विस्तुनन, ७५ मान नाहरोजन और १ मानकार्वेलिक परिस्तुनन
ता है। खास करके "ऑक्सिजन" ही हमारा प्राणु रहक
नाहरोजन और कार्योलिक माल्यानक है। पर निखालिस
विस्तुन हतन तेज है कि विमानारहोजन के मेल के हम
की तीजी को वर्षोरत नहीं कर सकते। हसी लिए प्रकृति ने
रहे लिए पेती व्यवस्था की है।

अस्तु ! हमें पेसे मकान में रहना चाहिए जो चारों और खुला हो, जहाँ पर शुद्ध वायु श्राज़ादी के साथ आ सके। । परवाद नहीं फिर घह मकान फुल हो का पयों न हो। महल भी यदि चारों और से वन्द हो, उसमें सफाई का वा न हो, तथा उसमें सुष्यं की धूपन श्राती हो तो यह किसी 1 का नहीं। मकान के श्रास पास खराब वायु और हुनिय ऐदा करने घालो गन्दगी न होना चाहिए । रात को किसी भी भाड़ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि भाड़ उस समय नाहरोजन पाय दोड़ते हैं।

निद्रा

धानु, जल कीर मोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा भी उपयोगी है। निद्रा का पेग रोकने से, सुस्ती, सिर दर्द और जेमारे प्रमेरह काने लगती है। यदि बुद्ध दिनों तक परापर हम सोवें तो अपस्य हमारी लट्डरननी खराय हो जापनी। हम स्वया देखते हैं कि नाटक कम्पनियों में मितिदन जगने पाले लोग पहुत ही कम खबस्था में सस्यस्थ हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक शाराम की निद्रा ले से तो यह फिर से नवीन श्रीर ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन श्रीर नया उरसाह शाजाता है। इसलिए उनम सास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्धा के समय में हमेशा निद्धा लेना हो चालिए।

निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्यं को रात को दस यजे सोकर सबेरे चार यजे उट जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना हानि कारक है। इससे मनुष्य के तमानुष्य की बृद्धि होती है और सट बीमार पड़ जाता है। हां, यदि गर्भों के मीसम में घएरा दो घएटा दिन में सो लिया जाय तो कोई तुकसान नहीं।

(३) वारह वर्ष तक के लड़कों को नी घएटे और जवानी को हा घएटे सोना चाहिए।

(४) अगर सफर में तरह २ के जल पीने का अवसर आवे तो उस जल का अयगुण दूर करने के लिए क्या प्याज जाना चाहिए। जिसे परदेश न हो उसे विलक्ष्म सूक्ष मात्रा में महिए। इस्तेमाल करना चाहिए। इससे कहीं का पानी नहीं लगता।

वायु

जल से भी धापु शरीर के लिए अधिक आपर्यक है। इसके विना मनुष्य दिन की कीन कहे पाय पड़ी भी नहीं जी स्वकता। धापु सम्मन्धी नियम द्वम पहले लिल चुके हैं। वाकी कुछ को है से नियम द्वम पहले लिल चुके हैं। वाकी कुछ को है से नियम द्वम पहले लिल चुके हैं। वाकी कुछ को है से नियम द्वम यहाँ लिल देते हैं। वाजी कहार का बातु ही अधिक उपयोगी है। ऑक्सिजन, नारहोजन और कार्योलिक प्रसिद्ध। हम जो श्वास लेते हैं उसमें साधारणत्या २५ भाग अधिक उपयोगी है। ऑक्सिजन और २ भगा कार्योलिक प्रसिद्ध रहता है। वात करके "ऑक्सिजन" ही हमारा आण् रह्म है। नारहोजन और कार्योलिक प्रशासना है। पर निजालिस ऑक्सिजन होर कार्योलिक प्रशासना हो। पर निजालिस ऑक्सिजन होर के सेल के हम उद्यक्ती तेजी को यदारन नहीं कर सकते। इसी लिए प्रकृति ने हमारे लिए पेली स्वयस्था की है।

अस्त ! हमें पेसे मकान में रहना चाहिए जो चारों और से खुला हो, जहाँ पर शुद्ध चायु आज़ादी के साथ आ सके ! कोर्र परवाद नहीं फिर घड़ मकान फूत हो का चयो न हो ' राजमहल भी यदि चारों और से बन्द हो, उसमें सफाई का प्रवस्य न हो, तथा उसमें स्पर्य कोधून शासी हो तो घड़ किसी काम का नहीं ! मकान के निम्म पास खराव चायु और हुर्गन्थ पैदा करने घालो गन्दगी न होना चाहिए। रात को किसी भी भाइ के नीचे सोना हानिकारक है क्योंकि भाइ उस समय नाहरोजन पास छोड़ते हैं।

निद्रा

धायु, जल श्रीर मोजन ही की तरह हमारे जीवन के लिए निद्रा मी उपयोगी है। निद्रा का वेग रोकने से, सुस्ती, सिर हर्द श्रीर जंभादे घगेरह आने लगती है। यदि कुछ दिनों तक बरावर हम सोबें तो अवस्य हमारी तन्दुक्तनी खराय हो जावता। इस स्पन्न हेवते हैं कि नाटक कम्पनियों में मतिदिन जगने पाले होता यहुत ही कम श्रवस्था में अस्यस्य हो जाते हैं।

सारे दिन के परिश्रम से थका हुआ मनुष्य कुछ समय तक आराम की निद्रा से से तो यह फिर से नयोन और ताजा हो जाता है। उसमें फिर से नया जीवन और नया उत्साह आजाता है। इससिय उत्तम स्वास्थ्य चाहने वाले मनुष्यों को निद्या के समय में हुमैशा निद्या सेना हो चाहिए।

निद्रा सम्बंधी नियम

(१) प्रत्येक मनुष्य को रात को दस यजे स्रोकर संबेरे चार थजे उट जाना चाहिए। यह समय निद्रा के लिये सब से अच्छा है।

(२) रात को जागना और दिन को सोना शनि कारक है। इससे मनुष्य के तमीगुण की खुद्धि होती है और भट्ट बीमार पड़ जाता है। हाँ, यदि गर्मों के मीसम में बपटा दो घरटा दिन में सो लिया जाव तो कोर्र तुकसान नहीं।

(३) वारद वर्ष तक के लड़कों को नौ घएटे और जवानों को छः घएटे सोना चाहिए। हो रहा है। इस पद्धति में सर्जरी (बीर फाड) की उत्तम है।

होमियो पथी

इसके मूल बाधिष्कर्ता प्रसिद्ध जर्मन डाक्टर है। इतने कम समय में जितना प्रचार इस पेशी का शायद ही किसी पद्धति का हुआ हो। घास्तव में घड़ी चमत्कारिक। इसे हिन्दी शब्दों में कहें तो हयन है कि चिकित्सा" कह सकते हैं। हानिमन साहय का र रोगी की लोग बीमारियों पर उनसे विपरीत दयाएँ दे २ क के कोई भी प्रकृति को विगाड़ डालते हैं। आपका कथन है श्रीपधि श्रपनी श्रधिक मात्रा में मनुष्य शरीर पर करती है श्रत्यन्त सुइम मात्रा में यह उसी उपद्रय में खाने से करती है। जैसे "ब्हेरेट्रम प्रलबम" अधिक मात्रा "ती है अतः मनुष्य को हैजे के समान दस्त और के होने लग ज यदि उसे स्वम मात्रा में दिया जायगा तो अवश्य होह हैजे की श्राराम कर देगा इत्यादि ।

इसी प्रकार चुई फुने की हाइड्रोपेथी (जल हिंकिस्सा) शुलर की बाँचों कैमिक, कुमोपेथी (रंग चिकिस्सा) आहि कई पैथियाँ प्रचलित हैं जिन सब का वर्णन इस नाहिंस पुस्तक में असम्भव है।

कुछ भयंकर रोग और उनकी चिकित्सा

ज्यर

दुनियाँ मर के तमाम रोगों में ज्वर सबसे प्रधान रोग है। यह ज्वर कई प्रकार का होता है। इसकी चिकित्सा बहुत

श्रीर अटारह दिन तक नमक केवल रोटी में खाय, , गुड़, तेल श्रादि बिलकुल होड़ दे। इस श्रीपधि से : से अबदुर खुजली झाराम हो जाती है। श्राजमृदा है।

प्रदर

ह रोग दिल्यों को होता है। पुरुषों के प्रमेह ही की तरह भा भी है। इसमें दिल्यों के योनि द्वार से कई तरह का यहता है। साल रंग का पानी यहता है। उसे रक्त प्रदूर हैं। सफेद रह, का पानी यहता है। उसे प्रेत प्रदूर कहते पद कई प्रकार का होता है। यह रोग मिण्या आहार-र, भ्रष्टकरणार्थ आदि यातों से उत्पन्न होता है। इस में खो दिन प्रति दिन अधिकाधिक दुर्वल होती जाती है। इस्ता है, अहाँ में घेदना होती है और खल कीसी पीड़ा

ंहें । (१) इस रोग के श्रन्दर होमियों पैथी की "ब्रोहाटेस्टा" क्र श्रोपघि श्रत्यन्त फायदा करती है ।

(२) दो तोले अयोक वृत्त की द्वाल लेकर उसे कुटली। किसी मिट्टी की हाएडी में उसे पाय भर पानी के साथ। हो। जब द्वारंक भर रह काथ तब उतार लो और उसमें। पाय कुट अलकर उसे फिर चढ़परी, जब सव पानी कर केयल कुप रह जाय तब उतार लो। हराहोंने पर हों। इस प्रकार हकी दिस तक पिलाने से यहत लाभ ही।

विप चिकित्सा

सांप, विच्छू, गोहरा, मन्खी, वर्र ब्रादि जन्तु यड़े भयद्गर है। विशेष कर सांप तो बहुत हो भयंकर होता है। हरफ़न मीछा २८

हो रहा है। इस पद्धति में सर्जरी (चीर फाड़) की कला यहुत उत्तम है।

होमियो पथी

इसके मूल माथिष्कतां प्रसिद्ध जर्मन दाक्टर "हानिमन" है। इतने कम समय में जितना मचार इस पैधा का हुआ उतना भायद ही किसी पदित का हुआ हो। वास्तव में यह है भी पड़ी चमस्कारिक। इसे हिन्दी छन्दों में कई तो "साधमंग्रीचिकता" कह सकते हैं। हानिमन साहय का कथन है कि सोग बीमारियों पर उनसे विपरीत द्यार्य दे २ कर रोगों की महत्ति को विगाइ डावते हैं। आपका कथन है कि कोई भी औषधि अपनी अधिक मात्रा में मतुष्य अरोर र र जो उपन्न करती हैं अरायत सुरम मात्रा में मतुष्य अरोर र र जो उपन्न करती हैं अरायत सुरम मात्रा में यह उसी उपन्न को जाराम करती हैं। जैसे "बहैरेट्रम पलबम" अधिक मात्रा में खाने से मतुष्य की हैंजे के समान इस और के होने सग जाती है अतः वादि उसे सुरम मात्रा में दिया जायगा तो अवस्य यह हैंजे को आराम कर देगा इरवाहि।

इसी प्रकार लुई कृते की हाइड्रोपैथी (जल खिकित्सा) गुलर की बाँबी कैमिक, कृमीपैथी (रंग विकित्सा) ब्राहि कई पैथियाँ प्रचलित हैं जिन सब का वर्णन इस नाकिस पुस्तक में झसम्मव हैं।

कुछ भयंकर रोग_. और उनकी चिक्तिसा

ज्बर

दुनियाँ मर के तमाम रोगों में ज्वर सबसे प्रधान रोग है। यह ज्वर कई प्रकार का होता है। इसकी चिकित्सा यहुत

इरफ़न मीटा

पिये। और अडारह दिन तक नमक केवल रोटी में खाय, खटाई, गुड़, तेल आदि बिलकुल दोड़ दे। इस औपि से मयदूर से मयदूर खुजली झाराम हो जाती है। आजमुदा है।

प्रदर

यह रोग स्त्रियों को होता है। पुरुषों के प्रमेह ही की तरह यह रोग भी है। इसमें स्त्रियों के योनि हार से कई तरह का पानी बहुता है। लाल रंग का पानी बहुता है उसे रक्त प्रदर कहते हैं। सफेद रह, का पानी बहता है उसे ध्वेत प्रदर कहते हैं। यह कई प्रकार का होता है। यह रोग मिथ्या आहार-विद्वार, भ्रष्टकल्पनाएं द्यादि वार्तो से उत्पन्न होता है। इस रोग में हो दिन प्रति दिन श्रधिकाधिक दुर्वल होती जाती है। शरीर दूरता है, यहाँ में चेदना होती है और शल कीसी पोड़ा होती हैं।

(१) इस रोग के अन्दर होमियों पैथी की "ओहाटेस्टा" नामक औपधि अत्यन्त फायदा करती है।

(२) दो तोले अशोक बृत्त की छाल लेकर उसे कृटलो। फिर किसी मिट्टी की हाएडी में उसे पाय भर पानी के साध जोश दो। जब छुटांक भर रह जाय तब उतार लो श्रीर उसमें श्राध पाव दूध डालकर उसे फिर चढ़ादो, जब सब पानी जलकर केवल दूध रह आय तव उतार लो। टएडा होने पर पिला दो। इस प्रकार इकीस दिन तक विलाने से यहुत लाम होता है।

विप चिकित्सा

सांप, विच्छू , गोहरा, मक्बी, वर्र द्यादि जन्तु वड़े भयद्वर होते हैं। विशेष कर सांप तो बहुत ही भयंकर होता है। पिच्छु झाहि विशेले जन्तुयों का काटा हुया प्राणी तो फिर भी कोशिस करने से बच सकता है। पर सर्वकेकाटे हुए प्राणी के बचने की यहत ही कम झारा रहती है। इसका बिप बड़ा भयंकर होता है। सर्व कहे प्रकार के होते हैं। और उनच प्रकार भी किन २ होता है। पर यहाँ स्थानमाय के कास हम उन सब यांतों को न यतलाते हुए कुछ उपाय येसे यतलाते हैं जिनसे सब प्रकार के सर्पों के जहर में लाभ होगा।

सर्प विष-चिकित्सा

सर्प के काटने की पहचान—(१) यदि किसी को सर्प ने प्राटा हो तो ज्ञाप कसे कडुचे नीम के पत्ते ज्ञाहाये। यदि उसे जीम के पत्ते कडुचे ने लगे तो ज्ञामकिये कि इसे अवप्रम् सर्प ने काटा है।)

(२) उपरार्क रीति से नमक जिला कर भी आप पहचान कर सकते हैं। यदि नमक, खारा (तीता)न लगे तो उसे

भी काटा हुया ही समिक्ये।

यवि आपको माल्म हो जाय कि सर्प ने काटा है ती फीरन निर्माकित उपाय फीजिये।

(१) सांप के काटे हुए स्थान से कुछ ऊपर एक वंपन यांप्र वृंत्रिप्त फिससे कि पिय ऊपर न चढ़ सके। विटक लगातार एक के ऊपर एक इस प्रकार दो तीन वंधन गाँध देंगे तो और भी ठीक होगा जिससे खून का दोड़ना चन्द हो जायना और विष आगे नहीं में न चढ़ सकेगा। पेसा करने से आगे चिकित्सा करने में समय मिल जायना।

(२) काटे हुए स्थान को फौरन हुरी से हिल कर दान देना चाहिये। जिससे यिप वहीं जल जाय और झारो न इरफ़न मीला

फैले। यह काम यहुत शीघ्र करना चाहिये नहीं तो विप ऊपर चढ़ जाने का डर है। यदि ऊपर चढ़ गया हो तो नं० १ वाली तरकीय करना चाहिये।

(३) रोगो को ज़लाय श्रीर के करवा के भी विष की शांति करना चाडिये। के और ज़लाय से भी विप उतर

जाता है।

18

(v) यदि रोगी द्यसाध्य हो गया हो और किसी भी प्रकार से उसके बचने को उम्मीद नहीं रही हो पेसी स्थिति में उसे सिंगिया विष (यच्छनाग) या श्रफ़ीम देना चाहिये। कभी २ इस किया से युड़ा फायदा हो जाता है। लेकिन यह उसी द्दालत में देना चाहिये जय रोगी झसाध्य हो गया हो। (विपस्य थिय महीपधम) ।

 सर्पदंशन को दथा—(१) घी, शहद, मक्खन, पीपर, शह-रख, काली मिर्च और सेंधानीन-इन खाती पस्तुओं को जा पीसने लायब हो पोस लें और फिर सब बस्तुओं को मिला हैं। जिसे सर्प ने काटा हो उसे यह दया विलाने से श्राध्यं-

अनक फायदा दोगा।

(२) जमालगोटे को घी में पीस कर शीवल जल के साथ

पिलाने से सर्प का थिप उतर जाता है। (३) जंगली तोर्रो और जमालगोट की मींगी को पानी

के साथ पीस कर पिलाने से सर्पयिप उतर जाता है।

(४) सम्दान् की अड़ के स्वरस में निर्मुएडी की भाषना देकर पीने से सर्व विच उतर जाता है।

(४) घार तोले कालोमियं और एक तोले घांगेरी का

रस इन दोनों को एक इ कर घो में भिला कर चोने से घौर लेव करने से विष उतर जाता है। यांगेरी को चुका भी कहते हैं। (६) परघल की जड़ की नस्य देने से (सुधाने से) भयंकर

सर्प का उसा हुआ भी श्रच्छा हो जाता है। (७) सेंघानोन, कालीमिर्च और नीम के गहर और घी के को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शाहर और घी के

साथ सेंवन करने से विष उतर जाता है।

विच्छ विप-चिकित्सा

(१) इमली के चीयों के बीज को पानी होता है। हुए स्थान पर लगाने से आध्यर्यजनक फायदा होता है। (२) प्याज के दो दुकड़े कर काटे हुए

से फौरन बाराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर होता है।

(४) वकरी की मेंगनी पानी में पीस कर सगाने से शीव ही फायदा होता है।

(४) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल

लगाने से श्राराम होता है। (६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने

से शीव ही फायदा होता है।

मृपक-विष-चिकित्सा (१) करंज को छाल और उसके बीजों के । करने से चृहे के कार्ट का विप शांत हो जाता है । करने से चृहे के कार्ट का विप शांत हो जाता है पीस कर हैंप (२) सिरस की जड़ को बकरी के मूत्र हैं करने से भी कारण के क

करने से भी फायदा होता है। न स भा फायदा हाता है। (१) इन्द्रायण की जड़, अकोले की जड़, मिश्री,शहद श्रीर घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है।

मप्र मक्सी विष-चिकित्सा

(१) मफ्ता फेकाटे हुए स्थान पर सैंधानीन मलने से जहर नहीं चटता।

(२) केशर, तगर साँठ और कालीमिर्च इन चारों को पीस कर लेप करने से लाभ होता है।

(३) श्राक का दूध मलने से भी फायदा होता है।

वर्र के विप की चिकित्सा

(१) घी, खेंघानोन और तुलसी के पत्तों का रस इन तीनों को मिला कर लगाने से द्याराम होता है।

(२) कालीमिर्च, सींठ, सेंघानीन और संघरनोन इन चारों को नागर देल के पान में घोट कर लगाने में फायदा होता है।

का नागर दल के पान में घाट कर लगान से फायदा हाता है। (३) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीघ्र ही द्याराम होता है।

नेवले की विष-चिकित्सा

(१) लहसन का लेप करने से श्राराम होता है।

(२) कच्चे अंजीर पीस कर लगाने से भी फायदा होता है। मकडी-विप-चिकित्सा

(१) मण्डया पानी में पीस कर लगाने से फुन्सी झाराम

होती हैं। (२) सफ़ेद जीरा और सींड पानी में पीस कर लगाने से

फायदा होता है। (३) खली श्रीर इल्दी पानी में पीस कर लेप करने से विष

(३) खला त्रार इल्ट्रा पाना में पास कर लप करन से विष की शांति हो जातो है।

(६) परवल की जड़ की नस्य देने से (सुंघाने से) मपंकर सर्प का इसा हुआ भी अच्छा हो जाता है।

(७) संधानोन, कालीमिर्च और नीम के योज इन तीनी को बराबर लेकर एक साथ पीस कर फिर शहद और घी के साथ सेंचन करने से विष उतर जाता है।

विच्छ विप-चिकित्सा

(१) इमली के चीयों के बीज को पानों में पीस कर कार्ट इप स्थान पर लगाने से आधार्यजनक फायदा होता है।

(२) प्याज के दो टुकड़े कर काटे हुए स्थान पर लगाने से फौरन शाराम होता है।

(३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर खाने से झाराम होता है । (४) यकरी की मेंगनी पानी में पीस कर समाने से शीघ

ही फायदा होता है। (प) निर्मेली के बीज पानी के साथ सिल पर घिस कर

लगाने से आराम होता है।

(६) काली बुलसी का रस और नमक मिला कर लगाने से शोध ही फायदा होता है।

मृषक-विष-चिक्तिसा

(१) करंज की छाल और उसके धीजों को पीस कर से^प करने से चुहे के कार्ट का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ को बकरी के सूत्र में पीस कर से^प

करने से भी फायदा होता है।

(६) इन्द्रायण की जड़, अकोले की जड़, तिलों की जड़,

मिधी, शहद और धी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है।

मधु मक्यी विष-चिकित्सा

(१) मक्या के बाटे हुए स्थान पर सँधानीन मलने से जहर नहीं घटना।

(२) देशर, तगर सींट थीर कालीमिर्च इन घारों को पीस

कर सेप करने से साम होता है।

(३) द्याप का दूध मलने से भी फायदा दोना है।

वर के विष की चिकित्सा

(१) थी, लेंघानीन और नुससी के पत्ती का रस इन तीनी को मिला कर समाने से बाराम होता है।

का मिला फेर लगान से आराम द्वारा है। (२) कालीमिर्च, सींट, सिंघानीन और संघरनीन इन चारी

को नागर देल के पान में घोट कर लगाने में फायदा होता है।

(के) गंधक को पानी में पीस कर लेप करने से शीव ही स्वाराम होता है।

नेवरूं की विष-चिकित्सा

(१) सहसन का लेप करने से आराम दोता है।

(२) कच्चे द्यंजीर पीस कर सगाने से भी फायदा होता है।

मकड़ी-विप-चिकित्सा

(१) मण्डया पानी में पीस कर लगाने से फुन्सी झाराम दोती है।

(२) सफ़ेद जीरा और सोंठ पानी में पीस कर लगाने से । फायदा होता है।

(३) खली और इल्दी पानी में पीस कर लेप करने से बिप की शांति हो जाती है। (६) परपश की जड़ की गरंग देने से (संपान से) मरंग्र सर्प का इसा हुआ भी अच्छा हो जाना है।

(3) रिपानीन, बालीमिन बीट नीम के बीज इन हर्ने को बरावर लेकर एक माथ पीन कर जिल्ह शहद कीट में है साथ सेवन करने से विच उत्तर जाता है।

षिच्छ विष-चिकित्सा

(१) इसली के कीपों के बीज को पानी में चीम कर करें हुए स्थान पर लगाने से आधार्यजनक फायदा होता है।

् (२) प्यात्र के दी हुकड़े कर काटे हुए स्थान पर हगाने

खें फीरन बाराम होता है। (३) सत्यानाशी की छाल पान में रख कर गाने से बारान

दोता है। (४) वकरी की मेंगनी पानी में पीस कर रागाने से शीप्र

ही कायहा होता है।

(4) निर्मली के बीज पानी के साथ सिल पर चिस का सगान से आराम दोता है।

(६) काली तुलसी का रस और नमक मिला कर लगारे से श्रीय ही फायदा होता है।

मूपक-विप-चिकित्सा

(१) करंज की छाल और उसके धीजों को पीस कर लेंद करने से चूहे के कार्ट का विष शांत हो जाता है।

(२) सिरस की जड़ की के सूत्र में पीस कर हो। करने से भी फायदा होता है।

ते सं भा फायदा होता है। (१) इन्द्रायण, की जड़ तिलों की जड़,

इरफ़न मीला

मिश्री,शहद और घी इन सब को मिला कर पीने से विष उतर जाता है।

मधु मक्सी विष-चिकित्सा

(१) मक्त्री के काटे हुए स्थान पर सँधानीन मलने से ज़हर नहीं चढ़ता।

(२) केहार, नगर सींड और कालीमिर्च इन घारी को पोस कर लेप करने से लाभ होता है।

(६) द्याषः वा दूध मलने से भी फायदा होता है। धर्र के विष की चिकित्सा

(१) थी. सँधातीन और तलानी के पत्ती दा रस इत तीती ो मिला घर लगाने से द्वाराम होता है।

(२) बालीमिर्च, लौट, संघानीन और संघरनीन रन चारी

ो नागर देल दे पान में घोट कर लगाने से पायदा होता है।

(१) गंधक को पानी में पीस कर सेव करने से तील की तराम दोता है।

रेंबरे की विष-चिक्तिमा

(१) लहरान वा लेप करने से झाराम होता है।

(२) बरुवे बंडीर पीय दर लगाने से भी कायदा होता है। गक्दी-विष-चिक्तिसा

(१) मण्डदा पानी में पीस वर लगान से पुस्सी झाराम ritii fe 1

(१) सफ़ेंद्र जीरा और सींट पानी में चैस बर लगाने से unger eine bi

(१) कर्ता और रादी पानी में चीस बर लेप बरने से विच

कुछ चमत्कारिक औपधियां

एमोनिया—खाने का घुमा हुआ चूना एक भाग, नौसारर एक भाग इन दोनों चीज़ों को लेकर शीशी के अन्दर भर कर काग यन्द कर दो। फिर उसे हिलाबो। इसीको एमोनि

कहते हैं यदि किसी स्त्री को भूत या चुड़ेल लगी हो और घर यड़े २ फ़ाड़ने फ़ुकने वालों के कांचू में न खाती हो तो रहके रहेंपाने से खपूर्व चमरकार मालूम होगा। अथया यदि कोर्र खादमा बेहोरा हो गया हो, उसके दांत मिल गये हों, या डरके

मारे पागल हो गया हो, अथवा किसी के दाँत या सिर में जोर से दर्द हो, तो इन सब मर्जों में पमोनिया से फायदा होता है।

भूतज्वर की दवा - हुरहुज की जड़ रोगी के कान में रखने से भूतज्वर बन्द हो जाता है।

नोट —हुरहुर को सूर्यमुखी भी कहते हैं। अजीर्ज की दवा—नीयू के रस में केशर घोटकर कर चाटना

अञ्चाण की दवा—नावृ के रस में केशर घोटकर कर चाटन चाहिये। आधासीसी या पीनस की दवा—घी में केशर पीसकर संघाने

नावाताता पा पानत का दवा—धा स करार पासकर सुन्ता से दोनों रोग आराम होते हैं। मुंह के घाव या छाले की दवा—शीतल मिर्च और मिधी हार्

मुह के याव वा छाड़ का देवा—शातल मिच आर मिया डार में राजकर उसका रस चूसने से आराम होता है। अमेह की देवा—कवायचीनी को पीस कर उसमें शक्र

ममेह की दवा--कवावचीनी को पीस कर उसमें शक्र मिलार्दे। फिर दिन में चार वार फांककर ऊपर से शीतल जत पीयें। इससे ममेह में फायदा होता है।

कॉसी की दया—श्रद्धे के पत्तों का रस ६ माशा, शही माशा, जीसा क्या सामर नोत १ माशा इन कीतों को मिली

६ माशा, पीसा हुआ सामर नीत १ माशा, इन तीती की मिला कर जरागर्म करलो फिर पीसो। शर्तिया खाँसी में फायदा होगा।

इरफ़न मीला

ષ્ટર

शीन ज्वर की दवा-ककड़ी खाने के याद ऊपर से थोड़ी सी खट्टी छाछ (मद्रा) पीकर सेंक करने से ज्यर उतर जायगा ।

बिष्ठ की दवा—सत्यानाशी (चिरचिडा) की जड की छाल पान में रखकर खाने से विप उतर जायगा।

🗣 ग्रतिसार की दवा—प्याज के रस में जरासी अफीम मिलाकर खाने से द्यतिसार या पतले दस्त आराम हो जाते हैं।

रतींधी की क्या-करेले के पत्तों के रस में काली मिर्च

धिसकर आंजने से रोगी आराम दोता है। हिन्ये की द्या-करेले के पर्भ, शहूले के पत्ते, नागरयेल के पान, और जामून की छाल का बराबर २ रस निकाल कर मिलादें। इस रस में बद्ध विखकर बालक को विलावें धाराम द्वीगा । द्वीमियोपंची में पक्तीनाहर और वायोनिया देने से इस

रोग में चपूर्व फायश होता है। परीक्षित है। श्राविति की दवा - सारे बदन में दपपाड़ ही दफ्काइ हो गये

हों हो होमियोंपेथी का 'रखटावस' देने से धमन्कारिक फायदा होता है। कुरकर बहने बाले फोर्द की दवा-कड़पे नीम के पसे पोलकर

इन्हें शहद में मिलाकर लगाने से फायदा होता है। रामबाल है सजली की दवा-नीम के जले इस पत्ती की मीठे तेल में लगारेये । सवस्य साराम होगी ।

ववासीर की दवा-जीम के बीजों को तेल में तलवाकर उसी

में पीयलो । पिछे थोडामा नीला-धोषा मिलाकर मलहम पेसा बनालो । यह मलहम बयासीर के मस्सी पर बहुन द्वाद्या है । र्षाका का रश-दोटी दरह और सींप की यी में भनकर

चीत से । फिर निधी मिलाकर एक तोला रोजाना खाने से

काराम होता है।

राता बनातार का दवा—करेले के पत्ती का रस एक छोटी चमाच भर निकालकर उसमें से झाराम होता है।

साधारण ज्ञुलाव—ग्ररण्डी के तेल की पीन से साधारण ज़ुलाय लगता है। इसकी २ तीले से ४ तीला श्रीर वालक की उन्न के

माशा तक देना चाहिये।

गले के दर्द की दवा—घनियां शीर मिश्री ६ गंता के बाल आने बीदवा—हाथी दांत के हैं बकरी के दूध में मिलाकर लगाने से बाल खाउ

बाहर की पासी-चंशलोचन की पीसकर देने से वालक की जांसी मिट जाती हैं।

भाव, रान के दल को दवा—चेलिंगरी, धाय स्रोठ, नागरमोधा, इन्द्रजी इन सब को चरा

सींड, नागरमोथा, इन्हजी इन सब की चरा करलो फिर दवा की आधी मिश्री उसमें मि खाने से आँव के दस्त आराम होते हैं।

सांप या विच्छू की दवा--सफ़ेद फनेर फी काटे हुए स्थान पर लगाने से शीध ही थारा

सब तरह के बिप उतारने की दवा—यां और काले धतुरे की जड़ को चावल के ध

श्रीर काले घतुरे की जड़ को चावल के ६ समाने से या इसी को पिलाने से सप प्रव जाता है।

नारः की दवा--कुचले का बीज और संवि कर लगाने से नाक आराम होता है।

दाद की दवा—सींड, सुद्दागा श्रीर चन्द चिस्त कर दाद पर लगाने से शीझ दी आराम

हरफ़न मीला

धजीर्ण की दवा-चीतेकी जड, सेंघा मोन, हरड और पीपल इन चारों यस्तुओं को परावर लेकर पीसलें। इसकी ३ मार्श से ६ मारो तक खाकर ऊपर से गरम पानी पीने चाले का श्रजीर्ण नाश होकर उसे खुव भूख लगेगी।

मासिक धर्म खुलने की दम-तिलों के काढ़े में गुड़ मिलाकर औरतों को पिलाने से उनका एका हुआ मासिक धर्म फिर होने लग जाता है। इस रोग में अपूर्व चमत्कार देखना होती होमियोपेशी का पहसेटिला देकर देखिये।

मोद-परवेटिला ३० शक्ति का देना चाहिए।

पेट के बीडों की दवा-धरएडी के तेल में गीमत्र मिलाकर चीने से पेट के कीड़ों का नाग्र हो जाता है।

रका पैशाय गुरुने थी दया—च्यूटे की सिंगनी श्रीर फलसी शोरा पानी के साथ सिलवर पीस कर लुगदी बनाली। किर उस लगही वो पेड पर गाड़ा २ केंप करदो । शीम ही पेशाब

हो जायगा।

यायु गोला की दवा-माटा में सिंघा नीन और अजवायन मिलाकर पीने से गोला द्याराम हो जाता है।

सनी तोसी की दवा - तिल और मिधी का काहा पीना

चाहिये । जुकाम की दवा-एनी खीर पीसी हुई काली मिर्च शहद के

साय चारने से जुवाम द्याराम हो जाता है।

मोतीभर दी दवा-लींग को पानी में झौटाकर वही पानी पिलाने से पायदा दोता है।

विकास की दवा-धनिया के बाढ़े में मिश्री मिलाकर चीने से बाराम होता है।

ल्ली बवासीर की दया-करेले के पत्तीं का या करेले ही की रस एक छोटी चमाच भर निकालकर उसमें शक्तर मिला पी

से आराम होता है। साधारण जुलाय--ग्ररण्डी के तेल को गाय के हूग पीने से साधारण जुलाव लगता है। इसकी खुराक जवात के

य तीले से ४ तीला और वालक की उम्र के अनुसार ४ से माशा तक देना चाहिये।

गरुं के दर्द की दवा—धनियां झीर मिश्री खवाईये। गंजों के बाल आने की स्वा—हाथी दांत के हुरादे की रात है

यकरी के दूध में मिलाकर लगाने से वाल झाजाते हैं। बालक की खांसी-यंशलोचन को पीसकर शहर के सा

देने से वालक की खांसी मिट जाती है।

आंव, सून के दस्त की दवा-चेलगिरी, धायके फूल, मोचरर

सींठ, नागरमोथा, इन्द्रजी इन सब की बराबर मिलाकर व करलो फिर दवा की आधी मिश्री उसमें मिलालो। यह पू खाने से आँव के दस्त आराम होते हैं।

सांप या निष्णू की दवा—सफेद फनेर की जड़ की घिसव काटे हुए स्थान पर लगाने से शीध ही धाराम होता है।

संय तरह के थिप उतारने की द्या-यांभककोड़े की उ श्रीर काले धतुरे की जड़ की चावल के धोवन में विस स्ताने से या इसी को पिलाने से सथ प्रकार का विप डा जाता है ।

तारु की दवा—कुचले का चीज और संखिया पानी में हि

कर लगाने से नारू शाराम होता है। दाद की दवा--सीठ, सुद्वाता और चन्दन इन तीनी

घिस कर दाद पर लगाने से शोघ ही आराम होता है।

हरफ़न मोला

धर्जाणं की दवा-चीते की जड़, संघा नोन. हरड़ और पीपल इन चारों वस्तुओं को धरावर लेकर पीसलें। इसकी ३ मारी से ६ मारो तक खाकर ऊपर में गरम पानी पीने चाले का श्रजीर्ण नाश होकर उसे खूव भूख लगेगी।

मासिक धर्म गुरुने को दवा—तिलों के काढ़े में गुड़ मिलाकर चौरतों को पिलाने से उनका चका हुआ मासिक धर्म फिर होने लग जाता है। इस रोग में अपूर्व चमत्कार देखना होनी होमियोपैथी का पल्लेटिला देकर देखिये।

नोट-पच्मेटिला ३० शक्ति का देना चाहिए।

पेट के बीटों की दवा—श्वरएडी के तेल में गीसूत्र मिलाकर पीने से पेट के कीड़ों का नाश हो जाता है।

रका पैशाय खुळने की दवा—म्बृहे की मिंगनी श्रीर फलमी शोरा पानी के खाथ खिलवर पीसे कर लुगदी बनालो। किर उस लुगदी यो पेट्ट पर गाढ़ा २ लेप करदों। शीघ ही पेशाब

हो जायगा।

बायु गोधा की दवा-माटा में सेंधा नोन और अजवायन मिलाकर पीने से गोला घाराम हो जाता है।

सूखी खांसी भी दवा -तिल और मिश्री का काढा पीना

चाहिये ।

लुकाम की दवा--छुनी श्रीर पीसी हुई काली मिर्च शहद के साथ चाटने से जुकाम श्राराम हो जाता है।

मोतीज्यर दी दवा-लींग की पानी में श्रीटाकर घडी पानी पिलाने से फायदा होता है।

पित्रज्वर की दवा-धनिया के काढ़े में मिथी मिलाकर पीने से धाराम होता है।

ŧ

įį

पेशाय में जलन की दया—तरयुज के पाय भर पानी में स^{दे} जीरा और मिधी मिलाफर पीने से जलन धंद होती है। प्रदर की दया-केले के पत्ते महीन पीसकर दूध में उन

कीर यनाकर खाने से प्रदर रोग में फायदा होता है। चमक देखना होतो होमियोपैयी का झोहाटेस्टा देकर देखिये। मृगी की दया—केयड़े की बाल का चूरा सुंघने से मृगी रे

आराम होता है। कान के दर्द की द्या-गोमुत्र की गर्म करके कान में टपड

से दर्द भिट जाता है। नकसीर की द्या-समीमस्तगी की मिश्री के साथ मिली खाने से यद्भत फायदा द्योता है। गाय के ताज़े घृत को म

में टपकाने से थाराम भी होता है।

हिचकी की दवा-गरम २ गाय का घी पिलाने से हिंद

बंद हो जाती है। पांडुरोग की दवा--नित्य संयेरे गोमुत्र कपड़े में ह्यानकर

या ४१ दिन पिलाने से पांडुरोग को आराम होते देखा है।

वमन यद करने की दवा-हरड़ों का पीसा-झना चूर्ण शही मिलाकर चारने से चमन होना वंद हो जाती है।

उन्माद रोग की दवा-विना पकी चिरमटी दूध के साथ पीने से झाराम होता है।

आग से बले हुए की दवा-चूने के उत्परका निथरा धुड़ी पानी और अलसी का तेल लगाने से शान्ति होगी।

थाँख की जलन की दवा-शौरत के दुध में रुई का फाव

भिगोकर आँख पर रखने से यन्द होती है। फोड़ा बेटाने की दवा-विता शुपड़ा रुखा पान सेकड़ा बांधन से फोड़ा बैठ जाता है।

कमर के दर्द की दवा-खस २ और मिश्री मिलाकर दो तीले रोज लाने और ऊपर से गरम किया हुआ दूध पीने से कमर का दर्द द्याराम होता है।

जहरी जानवरों के विष के उतारने की दवा-छुटाफ भर गाय के घृत में द्याधा पाव सेंधा नोन पीसकर मिलाना चाहिये। फिर

रोगी को खिलाना चाहिये खबस्य खाराम होगा।

चर्मरोग की दवा--नीम, गुड़ हरड़, खाँवले और यावची चार २ तोले लो सींड, बायबिड्रंग, पमार के बीज़, पीपर अजवायन, यह, जीरा, कुटकी सफेद कत्था, सेंघा नोन, जवा-लार, इल्दी, दारुइल्दी, नागरमोधा, देवदाह ये सब एक २ तोला लो । फिर कूट पीसकर इनका चूर्ण बनालो । इस चूर्ण को रोज गिलोय के काढ़े के साथ पीने से चर्म सम्यन्धी सव रोग शर्तिया आराम होते हैं।

अर्राच की दवा-मनिहारी नमक का चूर्ण, शहद और धनार

का रस मिलाकर खाने से अवश्य अरुचि वन्द हो जायगी। मुंह की शांह की दवा-यड़का दूध और पिसी हुई हलदी

दोनों को मिलाकर मुँह पर मलने से माई मिट जाती है। गले के दर्द की दवा-धनिया और मिश्री चयाने से दर्द

मिरता है।

सोज़क की दवा-चन्दन का तेल एक तोला विरोज का तेल १ तोला। चन्दन और विरोज़े के तेल को मिलाकर २० वृंद रोज चीनी के साथ या घतारों में मिलाकर लावी ऊपर से ताजा दुध पीथो। पेसा करने से बहुत शीवही सोज़ाक श्राराम

हो जायगा । हैंजे की दबा— आयक की जड़ दो तोला उसमें २ ही तोला अदरख का रस छोड़दो फिर खरल में इन दोनों मिश्रित चीज़ों द्रापन भारत

को नुस् घोटो जल घुटते २ गोला पनने स्विक हो जाव छोटो गोल मिर्च के परापर गोलियाँ पना हो। हो वो यह सीन छोटे में होता. तीन घंटे में शेमी को परावर मोलियों पना हु^{मा श}ेश के दीन घंटे में शेमी को परा २ मोली देने से च^{मा}कारिक कार दीना है। हैंजे के लिये होभियोंपैयों की मरा^{हर} दवा ^{क्}टेंप्र पलयम" है। पसली के दर्द भी दवा—सिंदूर को शहर में मिलाकर पा कपड़े पर उसका लेप करों फिर उस कपड़े को जहाँ पसले उपतों हो निपाणादी । निपकाने के पस्नात् सिलाने हुए की से उसे तपालों। हम्में के पस्नात् या दर्द भ्रापन र्से उसे तपाद्यो। इससे शीम प्रमात् । प्रस्तात होता है। होता है। खुजली की दवा—शुन्त गंधक ६ ज़ाम, फिटकरी २ ज़ाम, धोरा १० भेन, नरम सायन ६ ज़ाम, धायल वर्ग मेंट ५ व्हार खुजर को चर्ची २ धींस, इन सब को मिलाक त्यस्त गंधि लो। यह मानहम्म क्या है न सब को मिलाक वर्षा स्थान है

का। प्यास, इन सम को मिलाव (विश्व का विहास) है। यह मलहम एउनली पर राममाण है। विश्व लगाने के पर जान के पर राममाण है। विश्व लगाने के एक की राम जान के पर लगाने के मिलवारों के लगाने के लगाने के मिलवारों के लगाने के

तिल्ली और बोझ की दवा—गवारपाठे के गुदा को हल्दी में लपे-टकर एक तोला भर रोज सात दिन खाने से आराम होता है।

होमियो पैथी में "आर्निका" इसके लिये उत्तम द्या है।

होंड फटने की दवा-घी श्रीर संघा नीन मिलाकर नाभि पर

लगाने से फटे हुद होंठ अच्छे हो जाते हैं।

गर्भी की दवा-शुद्ध मेन्सल सात तीला की १४ तीला मुनका के साथ घोटकर एक २ तीले की गोलियां यना लो । इसमें एक गोली रोजाना खाने से २१ दिन में भयंकर गर्मी भी खाराम हो जाती है।

नोट-लाल भिर्च, खटाई, श्रीर गर्म चीजें न खाना चाहिये होमियोपेथी में "सिफीलाईनम" और मरपयुरियस इसकी मशहर दपाईये हैं।

क्षेत्र बदने भी दवा — अएडचू जि. यदि होगई हो तो होटी इन्द्रायण की जह की लाकर पीसी जब महीन ही जाय तब उसे शरएडी के देल में घोटो। इस लेप की दिन में हो तीन बार पोतों पर लगाओ इसके अतिरिक्त इसी इन्द्रायण का चूर्ण २ माधे संबंदे और २ माधे शाम को गाय के दूध के साथ सेवन करो । ध्यवश्य लाग होगा ।

महरू दूर की दवा - मस्ता स्त्री को समा जनने के साद कभी २ इत्य, धरीर, और पेड्र में यहा भवंकर ग्रल हुआ करता है। उस समय जयाबार के चूर्ए को गरम जल के साथ देने से ग्रल झाराम हो जाता है।

गर्भवर्ता को अतिसार-गर्भवती को यदि यदुत दस्ते लगती हों तो उसे पढ़िया गारंगी का ग्रायत एक तोला देने से कायहा दोता है।

को खूच घोटो जय घुटते २ गोली धनने लायक हो जावत होटी गोल मिर्च के धरायर गोलियाँ बना लो। दो दो या की तीन घंटे में रोगी को एक २ गोली देने से चमत्कारिक फाल दोता है। हैजे के लिये घोभियोपैयों की मग्रहर दवा हैरेंद्रह पलवम" है।

पसलो के दर्ज की दवा--सिंदूर को शहद में मिलाकर कपड़े पर उसका लेप करो किर उस कपड़े को जहाँ पर दुखती हो चिपाकादो । चिपकाने के पद्मात् सिलगते हुए । से उसे तपाओ। इससे शीम ही पसली का दह जात होता है।

खजलो की दवा—शुद्ध गंघक ६ ज़ाम, फिटकरी २ ब्राम शोरा १० घेन, नरम सावन ६ ज्ञाम, धावल वर्ग मेंट पूर्वह खंडार को चर्ची र धींस, इन सब को मिलाकर जरत में बेट

लो। यह मलहम खुजली पर रामयाण है। दवा लगाने के पहले घाय को गरम जल से भी लेना ग्रावस्यकीय है। पेट भी द्वा—अजवायन का सत और नमक खाने से बारा होता है। होतियोपेथी में आदितियों के तिये "कोतोतित्य'

और खियों के लिये "केमोभिला" अपूर्व दया है। बटमल की दवा—जिस पलंग में खटमल हों उसमें हाई और गंधक की धूनी देने से जाते रहते हैं। फिर कमी नहीं होते

मन्त्री की दया—अकरकरा तीन मारो, गंधक दो मारो, नर गिस की जड़ बार मारो इन तीनों के चूछ को पानो में वोलकर दिवालों पर छिड़कन से मिक्सियाँ नहीं शाती।

अत्रति की देवा—श्राम के अत्रीर्थ पर दूध, खरवूने के ष्ट्रजीएं पर शरदत, फेले पर हतायची, उर्द पर हींग, धी पर चना, रामवाण है।

तिली और बोस की दबा-गवारपाठे के गुदा को हल्दी में लपे-टकर एक तोला भर रोज सात दिन खाने से आराम होता है। होमियो पैथी में "झानिका" इसके लिये उत्तम इधा है।

होंड फटने की दवा-धी और संघा नीन मिलाकर नामि पर

लगाने से फटे हुए होंट खब्दे हो जाते हैं। गर्मी की दवा-गुद्ध मेन्सल सात तोला को १४ तोला मुनका

के साथ घोटकर एक २ तोले की गोलियां वना ली। इसमें एक गोली रोजाना खाने से २१ दिन में भयंकर गर्मी भी धाराम हो जाती है।

नोट-लाल भिर्व, पटाई, श्रीर गर्म चीजें न खाना चाहिये होमियोपेथी में "खिफोलाईनम" और मरपयुरियस इसकी

मशहर दवाईये हैं।

पोते धदने की दवा—अगडवृद्धि यदि होगई हो ती छोटी रन्द्रायण की जड़ को लाकर पीखी जब मदीन हो जाय तथ उसे चरएडी के तेल में घोटो। इस लेप की दिन में हो तीन बार पोतों पर लगाओ इसके अतिरिक्त इसी इन्द्रायण का चूर्ण २ मारो संबरे और २ मारो शाम को गाय के दूध के साथ संपन करो । द्ययस्य लाभ होगा ।

महरू शुरू की दवा - मस्ता स्त्री को सदा जनने के साड कभी २ इत्य, शरीर, और पेडू में यहा भवंकर शूल हुआ करता है। उस समय जयासार के चूर्ल को गरम जल के साथ देने से ग्रत द्याराम हो जाता है।

गर्भवनां को अधिसार-गर्भवती को यदि पहुत दस्ते लगती होतो उसे बढ़िया नारंगी का शरवत पक्र तीला देने से फायदा शीना है।

्र इसरा अध्याय क्रि

श्राचार शास्त्र

दृष्ट्रिपरिक मानसिक और श्रामिक सास्त्र के श्राप्तेय शास्त्र की श्रपेता भी आचार शार्ष प्रमान देना श्रीक आयरयक है। विना सदाचार के बिला के कि स्वान के बिला के कि स्वान के बिला के कि स्वान के कि सकता। जो लोग श्रास्त्र के पर जो नास्त्रिक लेप नो सदाचार श्रीमार्ग्य है हो पर जो नास्त्रिक है—परलोक को महा मानते हैं उनके लिप नो स्वाचार श्रीमार्ग्य है हो पर जो नास्त्रिक है—परलोक को नहीं मानते हैं उनके लिए मी श्राप्तिक हैं—परलोक को नहीं मानते हैं उनके लिए मी श्राप्तिक स्वान श्राप्त्र के श्रीमार्ग्य हो। पर स्वान श्रीक श्रीक स्वान श्रीक हो। श्रीक स्वान स्वाचार के स्वान स्वान हो। कि स्वान स्वाचार के मिल मही सकती।

सदाचार क्या है # ?

यह प्रश्न बड़ा ही विकट है। श्राज तक सदाबार एक तिश्चित सकर उनिया के श्रन्तर्गत किसी ने श्राविष नहीं किया। ऐसा स्वक्षण जिसे सब देश और सब श्र वाले मुक्तकरह से स्थीकार कर लें। सब स्थानों पर काल और परिस्थिति के श्रनुसार सदाबार का स्वरूप नि

इस विषय की विशेष जानकारी के खिये बायू गाँवद्भन सास किं 'नीति विशान' पविषे प्रमण्डेन का पता—चांति मन्दिर भागपुरा (ध. प्रमण्डेन)

किया गया है जो कि समय २ पर परिवर्त्तित होता रहता है। एक अंग्रेज शराय पीने के अन्तर्गत कुछ भी दुराचार नहीं सममता, पर मुसलमानों के कुरान के बनुसार यदि कोई शराय पीले तो उसे गले तक जमीन में गाड़ दिया जाता है। इसी प्रकार एक अंग्रेज़ रमणी अपने पति के जीते जी उसे तलाक देकर दूसरा पति कर सकती है। पर यही बात एक हिन्दूललना के लिए असम्भव है। और देशों की बात छोड ीजिए केवल भारतवर्ष ही में देखिए। बङ्गाल का ब्राह्मण ीक से महलो या सकता है पर राजपृताना, चादि के झाहाए ग्छली के नाम को सुनते ही राम राम कह कर दूर हो जाएंगे। हसी प्रकार नवीन सुधारक दल के सदस्य समाज की आध-निक परिस्थिति की अपेदा से "विभया विवाह" "अछत उद्घार" "जातिपांति-भह्न" थादि यातों को सदाचार में शुमार करेंगे। पर इसी को पुराने लोग दुराचार कहेंगे कहने का मतलय यह कि सदाचार का एक निश्चित स्वकृप आज तक दुनियों में किसी ने निश्चित नहीं किया शाज तक सदाचार "अपेदा रुत" रूप ही में चल रहा है।

फिर भी सदाचार का उद्देश एक ही है। मिन २ देशों के विद्वानों में मार्ग भिनता होते हुए भी उद्देश भिनता नहीं है। सदाचार की निस्नाद्वित परिमापा से मायः सब लोग सहमत हूँ—

"जो झाचार मनुष्य महतिगत निर्वेतताओं पर संवम कर के स्पत्ति के नैतिकचरित्र की रहा करते हुए समाज के मुज रान्ति और स्थास्थ्य को बुद्धि करता है तथा जो झाचार समाज के बायु-भइस्त में मेम, मेशीमाय और स्थापीनता की मायनाएं उत्पन्न करता है यही सदाचार है।"

इन्हीं सब बातों पर लक्ष्य रखते हुए हमारे प्राचीन

याचार्यों ने यपना स्मृतियां बनाई । मनुस्मृति, परागर स्नी शादि कर मिन र स्पृतियों में श्राचार शाख का पर्ण है। इसके पधात् मुसलमानी काल में लागों ने और भी स्मृतियां गढ़ खाली। हम उत्पर लिख द्याये हैं कि कई द्या तो ऐसे होते हैं ती देश, काल की परवाद न करते हुए हूं पक ही रूप में रहते हैं। पर बहुत से वेसे भी शाबार है समय २ पर परिवर्त्तित होते रहते हैं। देसे श्राचारी विषय में जो बातें पुरानी स्मृतियों में कहीं हैं ये शान म नहीं हो सकतीं। जैसे द्वियों की स्वाधीनता के विषय में स्पृति में सदत विरोध किया गया है। (वितारज्ञति कीमन स्त्रो स्वातंत्र्य महात्ति द्यादि ।) पर आजकल के कार्ट यह वात सर्वाश में माननीय नहीं हो सकती। इसी प्रश् विधवा-विचाह, झहुत उद्धार आदि यातों के विषय में मं कहा जा सकता है।

आचार के आडम्बर से हानि

जिल मकार आचार के शुद्ध स्वरूप से मनुष्य की नैति क्रोर शारीरिक उन्नति होती है, उसी प्रकार शाहम्बर्ण थाचार ते मतुष्य की भगदूर नैतिक हानि भी होती है। ह मुकार की हानि आज भारत के कोने २ में हिंगीचर हो रहें है। इसी बाहस्वर के फल सहत्व लाखी सवड मुसवह सार् जो धर्म की दांग भी नहीं जानते, श्राज समाज पर भी स्वरूप होकर काल यापन कर रहे हैं। धर्माचार्थ्यों ई गहियाँ कितने उच उद्देश्यों को लेकर स्थापित की गई यी श्रीर जहाँ तक ये अपने शुद्ध शाचार में रही यहाँ तक उनि समाज को कितना लाभ होता रहा, पर जब से उतमें से शुर्व

मचार नष्ट होकर आचार का आडम्पर घुसा तभी से समाज ती कितनों भयद्वर हानि हो रही है ?

हमारे तीर्थ स्थानों की दशा देखिए। इसी आचार के ब्राडम्बर के कारण वहाँ कितना धन्याय और अत्याचार होता है। हमारे पास यहाँ पर इतना स्थान नहीं कि हम इन सव श्रत्याचारों का स्पष्ट चित्र खींच सर्के । फिर भी इतना श्रवश्य कह सकते हैं कि जितना श्रनाचार श्रीर व्यभिचार इन तीर्थ-स्थानों में होता है उतना किसी दूसरे स्थान पर न होता होगा। कितने उच उद्देश्य को लेकर तीर्थ स्थानों की रचना की गई थीं। उनके अन्तर्गत रहने वाले पएडों वा जीवन कितना उधरहता था। पर आज प्यास्थिति है। ये लोग धर्म कर्म का स्वरूप तो कुछ जानते नहीं, केंचल धर्म छीर तीयों के देकेदारों की तरह मुसाफिरों और यात्रियों के गले पडते हें और येन, केन, प्रकारण-भरसवा उपायों से, उनसे अधिक से अधिक पैसा हड़पने की कोशिश करते हैं। बहुत कम लोग इनमें से सदाचारी होते हैं वाकी श्रधिकांग लोग व्यभि चारी और गुएडे दोते हैं। लेकिन यह सब दोप इन लोगों का हीं। द्याचार के द्याडम्यर का है। भारतीय जनता इन लोगों के वरित्र पर इन लोगों के झान पर प्यान नहीं देती यह तो इन्हें मुक्ति का टेकेदार समझ कर मुक्ति के लोग से इनको पैसा तुटाती है। व्यवस्था भी कैसी मज़ेदार है, कोई जीवन में लाखाँ पाप करले, चौरी, जारी, व्यभिचार, दगावाज़ी आदि घृषित से घृषित काम करले पर गंगाजी में जाकर इन पएडों के द्वारा नहाये कि बस उनके लिए मुक्ति का द्वार खुल गया। कहाँतक लिखें इस प्रकार के सेकड़ों बाडम्यर हमारे समाज में प्रचलित हैं। समुद्रयात्रा द्यादि के विषय में भी इसी दृह

1

की चार्त कही जा सकती हैं। जैतियों के श्राहतायं में लीजिए, उसका असलीं स्वरूप कितना ग्रुद श्रीर उन्हों हैं। एर आज उसमें भी कितना आडम्बर घुता हुमां है। एर आज उसमें भी कितना आडम्बर घुता हुमां चिंदी और मकोड़ी तक वी रचा करने चाले जेनी मात्र हों ने मोह में के यहाने-निर्माय मुचियों के पीड़े वर्णने कंग माह्यों को बाता-माओं को कितना कर पहुँचा रहें।। मुचियों के पीछे ये लाखों उपये जीव-हिसकों को हो में पुष्टिया रहे हैं। इसी प्रकार आठ र पर्य को लड़ियाँ व पुष्टिया रहे हैं। इसी प्रकार आठ र पर्य को लड़ियाँ व पियाद कर ये सो स्वाज में कितनी विषयाओं को संवा में दिश हैं। हैं। इसी माने के निर्मायों को संवा में दिश हैं। हैं। इसी माने कितनी विषयाओं के कारण प्रवाद हैं। इसी स्वाज में स्वाप प्रवाद से हैं। इसी माने उन विषया-यालिका हो की जीते

व्यवस्था का प्रस्ताव रखता है तो कागी पर हाय ता। है है। यह आचार का साहम्बर नहीं तो क्या है? जो लोग अपना तथा देश का उद्घार करना था। है उन्हें याहिए कि हम आइम्बर्ग से दूर रह कर शुद्ध हैं। को प्रहण करें।

आचार के कुछ साधारण नियम

अहिंसा

संसार में अनन्त माणी हैं। इन सब प्राणियों को नहीं गत कुछ स्पिकार मिले हुए रहते हैं। तास कर और रहते का स्पिकार सब प्राणियों को प्रशति की बोर से नि हमा रहता है। प्रशितात इन स्पिक्तरों में हलवेष को का कियी को स्पिकार नहीं है। इस स्पिकार में हलवे का कियी को स्पिकार नहीं है। इस स्पिकार में हलवे काने ही की दिया कहते हैं। पर हमके साथ ही और

कालद का नियम राज कार महानि में इस नियम में बड़ी बार्ड

डाल दी है। इसी नियम के कारण एक प्राणी दूसरे प्राणी को अपना भदय समभता है और प्राणियों में तो यह बात स्रभावतः ही रहती है क्योंकि उन्हें भले बरे का तथा पाप. पुरुष का शान नहीं रहता। पर मनुष्य जाति के लिए यह यान श्रवश्य ही बड़े कलद्भ की है। फ्योंकि प्रशति ने उसे शान दिया है। खास कर उन लोगों के लिए तो यह • वात श्रीर भी लजापूर्ण हो जाती है जो श्रातमा के श्रस्तित्व को मानते हैं यदि हमारे किसी श्रह पर कोई चाकु मार दे तो हमें उस चोट से कितना अधिक कप्ट होगा। इस बान को मत्येक मनुष्य जानता है। यदि हमारे इसी अनुभव को तमाम प्राणियों के ऊपर जांचे तो उसका भी वही परिणाम निकलेगा, जो हमारे अनुमय में आया है। पर्योकि हमारी ही रह ये भी आत्मा और अनुभव करने की शक्ति रखते हैं ोसी स्थिति में यदि नैतिक दृष्टि से देखा जाय तो हुमें उनके विधकारों में किसी प्रकार का इस्तक्षेप करने का अधिकार नहीं है। क्योंकि थे भी हमारी ही तरह जीने का अधिकार एवते हैं। उन नैसर्गिक अधिकारों में इस्तक्षेप करना एक मयदर नैतिक पाप है। और खास करके अपने मोजन के लिए-अपने साद और व्यक्तिगत स्वार्थ के लिए उनके आर्त-नाद का, उनकी करण दृष्टि का, और उनकी मयदूर यन्त्रणा का कुछ जयाल न कर के उनके गले पर छुरी फेर देना यह तो पेसा मयहर पाप है जिसे शहति कभी समा नहीं कर सकती ।

झव यदि खास्ट्य की निगाह से देखा जाय ती भी हिंसा बड़ी पातक मात्म होगी। कई बड़े डाक्टॉ के झत्येपण से यद बात सिद्ध हो चुकी है कि मांसाहार मतुष्य को नमोगुणी कोधी, दुष्पयृत्तियां से युक्त और मनुष्यत्वविद्यंत स्त्रे पाता है। स्तरंत मनुष्य की शुद्धि मन्द्र, वेहरा भवह की यान्या कनुष्यत होती है। सतः जो मनुष्य तिर्वत वृद्धि उत्तम स्वास्थ्य और सारियक गृत्तियां चाहता है उसे मोतावा

से यचना चाहिये। यहाँ इस मान का पूरा ख्याल रखना चाहिए कि सहाडर उस आहिसा की शिक्षा नहीं देता, जो मनुष्य को बार अक्सेंग्य और खालसी पनाती है। यदि जहत में हमरे र

कोई श्रेर आपट कर शावे, या एमारे घर में कोई पुसकर हार्णे जियों पर हाथ जाले तो जस समय श्राहिता का नाम होएं या जम श्रीहता का नाम होएं या जस जुर जाता महा पाप है। पेसी स्थिति में उस रेपे या जस जुर को जियत सजा देफर अपनी या श्रपनी की की रचा करना है। हिसी मकार यहि कोई की तथा हमारे देश पर या एमारे माम पर श्राफ्रमण करें। जस समय भी श्राहिता का जुरहार न देकर जसका साम करना चाहिए। पेसी स्थिति में भावों के झन्दर देशां या आमरका की निर्मेण साम पर श्राफ्रमण करें। अस्त साम श्रीहरी हों। स्थिति में भावों के झन्दर देशां या आमरका की निर्मेण साममां रखते हुए जो हिसा हों। है उसमें दिसा जन्म नाम मन्त्री साम हों।

सदाचार उसी हिंसा से सबने का आदेश करता हैंगे इ.ट. भागों को रख कर अपनी स्वार्थ सिद्धि के लिए किं निहोंत माणी की जाती है। या जिसमें हमारी आर्थ क्लुपित होती हो।

सत्य थोलना मञ्जूष्य के लिए कितना झावस्यक है ग पतलाने की झावस्यकता नहीं। सत्य थोलने से मन निर्मल झातमा ग्रस और हृदय मसझ रहता है। पर पेसी रिगर्ल में हब कि, देश पर कोर्स अपदूर आपिल का नदी हो, या जाम ज्याद अस्पाय ने किली की जान जानी हो, यदि ग्रुझ मायी को नव कर कुछ नम्य वा अपलाय कर दिया जाय तो उसमें कोर दोप नदी। यर उनका उदेश्य पित्रय दोना चाहिए।

अचीर्घ्य

इसकी उपयोगिना सब कोई जानने हैं। कई लोग पाय के बहु हो, बई रजन बी दर हो, झीर कर लाजा के बहु से इसके (चीरी) बचने हैं। पर जो लोग यह सब जानने इस भी इस बार्क्स में स्वरूत हैं कहें इस को से खबरूब बचना बाहिए। इस बार्म के बचने याले बी बाला को बची गानिन बही मिलती।

महाचर्ग्य

इस विषय पर प्राचीन बाल से लेकर बाज तक बहुत इस निल्ता प्रया है। लेकिन पिर भी हम देखते हैं कि मातत-बके में बाज भी सबसे करिक सामरणता हमी मत से पालत बके में है। इस देश में बाज बम जितना जायवार्थ का जाश हो कहा है जरे देख कर बाग्या थार्ग उठतो है। इस मालवार्य-नारा के कारण काज हमारे देश के तबसुबक, बिट संगी, और कारण काज हमारे देश के तबसुबक, बिट संगी, और कारण काज हमारे हैं। काम्यकाल स्तास हो है ज होते उन्हें बहुत्या बाक से से लेल हैं। बाद्यकाल कामत के माज से से बहित ही करते हैं। इस बुद्धाय के स्व कामत हो हैं पहला सी बादानिक दुस्पेक्स की हमान कार्यकार।

हातो रिल्ट् समाज में इस वे बारह व वर्ष के सहको का और बाद व इस व वर्ष वो सहक्षिण वा, रिला उनके बीदन के विवस्तित हुए ही, रियाह कर रिया जाना है उन्हें यक्त बजारे

में सोने के लिए भेज दिया जाता है। उन्हें कामकीड् सव मकार की शिक्ताएँ कुछ तो उनकी मित्रमण्डली है हैं और कुछ उनके कुडुम्यी अपनी कियाओं से देहेंवे फिर क्या है, खराव संस्कारों में तो वे पले हुए रहते हैं भूट अपने ब्रह्मचर्य को अष्ट कर देते हैं। वे अपने ग्रारे जौहर को बिना परिपक्त हुए ही खर्च करने लग जाते। जिससे यहुत ही शीम वे दुर्यंत, अशक और निर्जीव है। जाते हैं। सीलह सत्रह वर्ष के होते न होते उनके एक हुए निस्तेज और अधुरी सन्तान हो जाती है। यस किर गा यचपन में ही उन्हें माता, पिता कहलाने का गौरव प्रार्थ जाता है। और उनके माता पिता अपने पौत्र, पौत्री को ^{हेर} कर आँखें ठएडी (१) कर लेते हैं। इस प्रकार समार लाखों कची कलियें खिलने के पूर्व ही मसल दी जारी एक लेखक लिखते हैं—

"हमारे वालकों में चात्र तेज है, प्रज की सी हता मकारामान बुद्धि है, ये सब कुछ कर सकते हैं यदि प्रतिवर्षहर त्रीर लाखों की संबंधा में विवाह की वेदी पर उनका बर्ली अय दूसरा कारण सुनिय हमारे वालकों को ऊँवे। की शिक्षा तो दी नहीं जाती। मारत में सी में से केवा

स्यक्ति अत्तर सान रखते हैं। माता विता तो उनका वि कर देना ही अपना सबसे यहा कर्चब्य समझते हैं और जिम्मेदारी को पूर्ण कर फारिक हो जाते हैं। शिका के क्र ने ये नयसुपक बुरी सोसायटी में पह जाते हैं और अपने हैं सं मुट दोकर परवागामी या परविभागी हो जाते हैं, या क घर की छी पर ही मनमाना चायरआगामा हा जात था जात था स े अपने और अपनी को के स्वास्त्य का बुद्ध मी जयास नहीं त्यते। जिनके एक स्वरूप दोनों हो चीमार हो जाते हैं। पूरुप को मुद्देमवना, सुजाक और गर्मी आकर सनाती है और की मद्दादि गंग से परित हो जाती है। किर से नामा प्रकार की कोकन आदि गरीलों और कामारोजक घोज खाने है जिससे उनका रहा जाता गंगार सुल भी नह हो जाता है। और ये या तो अध्याय में हो कान के आस हा जाने है। मार्रे की नगर पुन्न प्राप्ति प्रदेश ग्रह किन्तुमा दिनाने हैं।

यह तो इसकी प्राप्तिक हानियों का यान हुआ। प्रदा-चर्म-चित्रीतना का नितः परिनात भी पहुत बुदा होता है। इसमें आसा कनुषित, मन जातिन और बुद्धि छए हो जाना है। सनयक जा लोग जन्मह और शानिमय जीवन दिवास चाहते हैं उन्हें चाहित कि ये किसी भा प्रकार के हमिस्सार के सरकार न स्वर्ण। वहें लोग कहते कि हम प्राप्ते खिल्ला को साना और यहन के स्थान स्मातन है। सन हमें ट्रांटी-

का साथ क्यार बहुत के स्वामत स्वामत है। बार हम हन्या कराते, या जितन होय नहीं लगता। धेले लोग स्वामद बहुत हमें तानों कि वेयल धर्मारे नियों से विषय करने हो को हन्यी, यार नहीं करें, क्यारी स्वी से भी यहि नियम कीर कायहरूव-क्यारे विकस विषय कि या जावता तो बहु भी हर्दा क्यार

एमार विचा जायमा । बरम्बय बर्धने जीवन वो शान्ति बीर शरीर वे शुक्र वाहर्ने बाने मापेव सहाय वो निसाहित निवसी पर प्यान हेना बारिय--

रति सम्बन्धी निवस

(() एर्ड कोल क्यें बी बातु होते के यहने पुरस को सीन कीहर बर्च को इस होते के पहले तरी को इस किया से स्वस्ट चाहिए। इससे कम उम्र में मनुष्य का वीर्य कथा रहत है। श्रतः वह संभोग के योग्य नहीं होता।

(२) विवाह हुए के पशात पशुर्शी की तरह जब मेरी हो तभी मनुष्य को इस किया में प्रस्त न होना चाहिए ऐन करने घाले मनुष्य को शीव ही नपुंसकता आकर घेरतीहै। के दिनों में महीने में अधिक से अधिक सात वार, गर्मी में दोग और बरसात में तीन बार से अधिक इस कार्य में बस्त्

होना चाहिए। नहीं तो शीघ ही बुढ़ापा आकर घेर लेता। (३) रति के पश्चात तुरन्त श्रीटा हुआ दूध मिश्री कि

कर पीना चाहिए इससे गया हुआ यल तुरन्त तौट आता (४) कई नादान लोग अफ़ीम, भक्क, आदि नशीली बी से वीच्ये का अस्वामाविक स्थामन करते हैं यह कार्य ग ही भयद्भर है इन कियाओं से पथरी, हुजाक, आहि व बीमारियाँ हो जाती हैं तथा वीर्ध्य सूख जाता है।

(४) रजस्वला, गर्भवती, प्रस्ता, धैश्या और परही संसर्ग से प्रत्येक मनुष्य को बचना चाहिए।

(६) इस्त किया, धिपरीत और श्रामें सर्गिक मेंधुन से प्र^{का}

नवयुवक को बचना चाहिए।

(७) विषाहित लोग यदि जाड़े के दिनों में बाज़िका श्रीपधियों का सेवन कर मो अवदाति। ऐसी कुछ श्रीपधि पहले लिखी जा शुकी हैं।

इन नियमों पर अमल करनेपाले मनुष्यस्यारस्य, सीन्दर्म

यीयन और दीर्मायु सन्तान की मार करने हैं। अपरिग्रह

परिमह का दूसरा नाम "विलामिन्।" है अधिक विकाम पारम्य प्रश्न ह्या स्थापहार करने ही मानुष्य की सामित

भायनार्य नए हो जाती हैं। इसमें को प्रकार के करवाचार भी करना पड़ते हैं। जिस मदुष्य का वर्ष विलासिता के कारण झामदनों से श्रीकिक होता है वह अन्त में रिम्बतकारी या पेरे-मानों पर उत्तक होता है। जो कि भयदर नैविक पाप है। 'इसके श्रीतिक ग्रीकोंनो से मदुष्य को प्रमुचियाँ चञ्चल होनी

हैं एक वस्तु मात होने पर दूसरी वस्तु मात करने को जो चाहता है। कोट मितने पर वास्कट की, उसके पश्चात् पैयट की, घड़ी की, छुड़ी की, बूट की, सुन्दर कमरे की, मुलायम विद्योंने को, व देवा एकड़ की शादि क्षेत्र का मात्री को आवश्य-कताउँ पदती जाती हैं। ये सव बात अग्न में मनुष्यको अमीति और अनावार के गड़े में बकेल देती हैं।

और धनाबार के गहुँ में ढकेल देती हैं।
हसिल मनुष्य की ध्यवना जीवन साइगीमय यमाना
ब्यादिय। कपड़ा, रहन सदन आदि सब बात सादों और
स्तक होने से मन मसक और धालम सतोगुण्मय रहती है।
धामदनी की ध्येवता आवश्यकतार्य कम होने से मन येईमानी
और रिधनजोरी को और नहीं कुकता। तथा विलासिता
और काइकीसे पन से मिथिय में जीवक अयदुर कुफत के फतन
की जो आग्रा, रहती हैं यह भी इससे नहीं रहती।

सप्तब्यसंन

यदुत कठिनारं से घूटती हैं। ये सात प्रकार के होते हैं। जुद्या खेलना, मांस खाना, मध पोना, विश्वा गमन, विकार सेलना, चोरो करना झीर परलो गमन। ये सब वार्ते दुराचार के अन्तर्गत परिगणिन होती हैं। अतः सदाचारी आदमी को इससे यचना चाहिए। मांस, वैश्वा, शिकार, चोरो पर ह्यो

म्यसन ऐसी बादतों को कहते हैं जो एक बार लगे पोछे

में पान लो। यदि गुरायुदार बनाना दोतो किसी किस के ए की सुगंधी दे दो।

भर्ड करा-रेजी पार्डेट दिनट छ माग झसली कपूर प भाग इन दीनों को शीशी या धोतल में मर कर बंद कर है।

पाँच, ए घंटे के बधात श्रक्त कपूर यन जायगा।
सारा साइन—सोड़ा पक सेर लेकर पानी में मिनो हैं
जिस दिन सोड़ा मिनोबो उस दिन बार २ सोडे को हिलाते रहे
दूसरे दिन गिरी का तेल श्राड सेर लेकर उसे कहार में मा
करो। किर उस सोड़े के बानी को धीरे २ घार बॉचकर ते
में छोड़ने जायों श्रीर हिलाते रहो। जब यह शहर के सम
गादा श्रीर एकदिल हो जाय तब इच्छानुसार रंग श्रीर खुग
मिला हो। किर साँचों में मर हो। साउन सैस्यार हो जायना

कार्गेलिक साहन—साहान विष्टसर १२ हिस्से श्रीर प हिस्सा कार्योलिक पसिंड पहिले विष्टसर साहन को शाग एक कर गला लो गल जाने पर कार्योलिक पसिंड मिला। और पद्धी पना लो।

वाल उद्दाने को सामुन-विरिधम सल्फाईड एक तीला, में का सत एक, तीला कपूर एक मासा, मेरळ का सफेंद साई द तोला, इन सब को महीन पीस लो फिर आँख देकर टिकि बना लो।

हिंगाहक वूर्ण-सींट, फालीमिन्दी, पीपर, अजमोद, संघ नीम, सफोद जीरा, और स्पाह जीरा, इन सब की बराव लेकर कूट पीस ली, फिर इन सब थोजों के आटचे भाग बरायर वहिंगा होंग लेकर उसे थी में भून लो और पीस क जरायर वहिंगा होंग लेकर उसे थी में भून लो और पीस क जरार के चूर्ण में मिला हो।

हवण भास्कर पूर्ण-संवरनीन प्रतीला, समन्दर नीन ।

तेला, सुष्य अनादाना ४ तोला, छोटी इलायची के योज प्राप्ता नोला, बिड्नोन २ तोला, संपानीत २ तोला, प्रतियां २ तोला, पीपर २ तोला, पीपरा मूल २ तोला, काला-जोरा २ तोला, नेज पात २ तोला, नामकेशर २ तोला, तालीस पत्र दो तोला, श्रान्तपेत २ तोला, कालीमियं २ तोला, सफेट् जोग दो तोला श्रीर सीठ २ तोला इन सम को कृट पीस कर चूर्ण कर लो, पीऐ शीशी में मर दो।

रिल क्सन्य इंटाई---बोरा-ककड़ी के बीज र तोला, धनियाँ र तोला, सेवर्ता के पूल र तोला, गुलाव के पूल र तोला, क्सा के बीज र तोला कासनी र तोला, बॉक र तोला, क्सा के बीज र तोला कासनी र तोला, बॉक र तोला, क्सा के बीज र तोला, क्सा के बीज र तोला, क्सा के बीज र तोला, को दिलावयों र तोला का दिला के तोला के बीज की र तोला की विकास कर की किया है तोला ही तोला की काम को इसी निर्दार ते तोला की ताल कर है की निर्दार के सा की हो।

दिनर्श का नार्धक—जरूत और तार्थ के तार्थ को आपस में लपेट कर प्रतासित के कपट्टे में सितवा को फिर दोनों और प्रांति तानवालो जिनसे कि बीधने में सुविधा हो। यह बच्चें के गले में बालने से दौन विकालने में सुविधा होनी है।

बपरे भीने का साइन — पूजा था सेट, और साझी ४ मेर इनकी ६० मेर पानों में जियों हो किर सारियल का तेल था सेट माम कर के उसमें पूजा और साझी का पानी कालने जावी, जब गाड़ा हो जाव तब सीचे में मर कर एक हो, टंडा होने पर निकाल हो और टिकिया बना हो।

भनेव रोते थे एक रचा—सहयारित का सन १ सीला, पीपर मेंद्र का सप नोला, बपूर श्लेतातातीनी को ग्रीगी में बेंद्र कर काम लगादों। इन सप का कुछ समय के बाद पीले रंगका पक तरल पदार्थं धन जायगा। इसकीयतारोमें न्या रेंस् कर छाना चाहिये। इससे कई रोग श्राराम होते हैं।

नमक गुलेमानी—सुद्वागा, नोसादर, सजी, जवादार। निमक, सोंट, पीपर, यड़ी हलायची, चीता, श्रववापन, मोद, घायविङ्गह, कालीमिर्च इन सव को बरावर ५

पीस सो और शीशी में भर दो।

साम्बल विदार—इलायची के बीज दो तोला, मु^{हेडी} तोला, गाद इप मजमुखा १ सेर इन सब को पीस कर करो, यदि पतला हो तो अरारोट मिला दो, फिर जैसी चाहो मिला दो। ताम्बूल विहार वन गया।

विदया कलई-पारा १ तीला, रॉगा १ तीला, राँगे की कर उसमें पारा मिला दो। फिर नीसादर का उ कर वर्तन पर लगायो फिर ऊपर की मिली हुई वस्तु - '

खूब रगड़ो कलई हो जायगी ।

गुलाव का शायत—साफ किये हुए गुलाव के पाय मर् को लाकर एक वर्तन में भिंगो हो और रात भर भीगने सबेरे २॥ सेर पानी में आँच देकर उनका रस निकाल किर भा सेर शकर या यूरा उसमें डाल कर चासनी. जच चासनी पहने लायफ रहे उतार लो। याद रहे चा गाडी न हो जाय नहीं तो जम जाने का इर है।

कालिकारक छेप-लाल चन्दन, मजीट, लोध, कुट, हैं के फूल, यह के अंतर और मध्र रन सवों को बराबर २ ह पानी के साथ तिल पर पीस लो। यह लेव लगाने से सुन्दर हो जाता है।

हाक संबंधी नियम

काई-भारत में पोस्टकाई ॥ पैसे को मिलता है और ह्याची -) को । पोस्ट कार्ड पर जहाँ Address Only लिखा दिना है घहां लिक पता ही लिखना चाहिये नहीं तो कार्ड रिंग हो जायगा । यदि सरकारी कार्ड के नाप य यजन का तादा काई भेजना हो तो उस पर द्याध झाना काटिकट लगा-हर भेज सकते हैं। उस पर भी पता उसी प्रकार लिखना

वाहिये जैला कि सरकारी पोस्ट काई पर लिखते हैं।

चिद्री-का महस्ल शा तोला या इसके अशपर -) लगता है। बुक्योम्ट-इलमें पुरनकों, विद्यापन, नकारी, फोटी, अप-था छुपी हुई चीजें भेज सबले हैं। इसका महसूल फी. ४ तीले पर)॥ के दिलाय से लगता है।

पार्तल-इसमें हर प्रकार की वन्तुर्य का सवली है। पर कोई तरल पदार्थ जिलका कि पेकिंग टीक न हो नहीं जा सकता। पार्सल के साथ में चिट्टी भी नहीं जा सकती। यह वरह मही भेजो जा सकती। इसका महस्त २० तीला पर 🗝 ऊपर हो तो ४० तील पर ह) या इससे द्यायक प्रा संर तद प्री • ४ • मोला =) फिर ।) के दिसाय से लगता है।

रक्रिर्टी-यी॰ पी॰, हुन्ही, पासंत, चेक, दिकिट, चिटां, पाकेट, कार्ड आदि हर मकार की चस्तुएँ रक्षिस्ट्री से जा राकती है। इसका महस्ल, डाक महस्ल के छलावा =) की रजिस्ट्री के साथ लगता है। यदि जवादी रजिस्ट्री करना शो तो उसका -) काने का दिकट कलादिश लगना है।

बीमा रजिन्दी-नोट, सिका, सोता, खोदी, प्रचाहरान, गहने बाहि बीमनी चीज़ी का हर समय बीमा बरवा देशा दरफून मीला ६८

चाहिये। यीमा करने पर यदि यह चीज़ को जायगी तो पोट आफिस उसकी देनदार रहेगी। जितने रुपयों का बीग कराया जायगा उतने ही रुपये की पोस्ट आफिस देनहर होगो। चाहे यीमा में यास्त्रविक रकम से कम या ज्यारे हो।

थीमे का महसूल =) प्रति सैकड़ा लगता है। मनीआईर—मनीआईर ६००) तक हो सकता है। इस्ते अधिक नहीं हो सकता। इसमें सवा डेढ़ या पीत आजा वर्ते आ सकता। कम से कम।) तक का मनीआईर हो सकता है।

महसूल १०) या उसके श्रंय पर ८) लगता है। उसके श्रंपित २५) पर १) होता है। तर का मनीशाईर — इसमें अपर के मनीशाईर के विका के खिला देना पड़ता है। परस्प्रेम तर्रो का खर्च शाना देना पड़ता है। परस्प्रेम तर्रो का खर्च ११) श्रोर मामूली तार का खर्च ११) श्रोर मामूली तार का खर्च ११) श्रोर मामूली तार कि का के ११ वर्षित कर मेजा जाता है। विर्वत वाल में By telegraph श्रोर आगे Express या Ordinary तिखना चाहिये। इसमें भी कूपन पर समाचार भेज सकते हैं। श्राईकरी तार के समाचार) प्रति श्रन्थ श्रीर एवसप्रेम

के =) प्रति शब्द अधिक लगता है। वेरक्त महस्त्वा —िवना टिकट के पोस्टकाह या लिफ़ाफे या अन्य कोई चीज़ भेजने से पद चेरक हो जाती है और उसकी महस्त्व असली महस्त्व से दुना पानेचाले से लिया जाता है। यदि पानेवालाइस चेरक्त पस्तु को बापस कर देताहै नो अंजने

वाले को टूना महसूल देना पड़ता है। टूना महसूल न देने से इसके पोस्ट आफिस संबंधी सब काम काज बन्द कर देते हैं। सार्टिफिकेट—विना रिजस्ट्री के कोई बस्तु पोस्ट आफिस सक पहुँचने का दावला। इसका मो पक फ़ामें आता है उस फार्म पर ६ पते लिखने की जगह होती है। यदि छुटों पते पर कुछ भेजना हो तो)॥ का टिक्ट लगाना चाहिये यदि तीन पते कीर जीन पते से कम पते पर भेजना हो तो)। का टिक्ट लगाना चाहिये।

येन्दुपेबिल (धी० धी०) १०००) तक की हो सकती है। इसमें धीमा रिजेस्ट्री चाया रिजिस्ट्री पन, पास्तेल य हुक-पोस्ट चादि जा सकते हैं। रिजेस्ट्री का महस्त्त या पजन का महस्त्त या अन्य किसी प्रकार का महस्त्त भी धी॰ धी० की रकम में जोड़ लेगा चाहिये। और फिर फार्म पर लिखना चाहिये। चंपीक धी० धी० के उतने ही रुपये आयेंगे जो फार्म पर लिखे हुए होते हैं। यापस रुपये आने की मनीआई र फीस पान वाले से ली जाती है।

इसमें) से कम रकम अमा नहीं को जाती। और सवा डेढ़ या पीन आने का भी दिसाय नहीं रखा जाता। जय चाहिय तब लेने के इक्तर से एक पर्य में अध्व से उनारा जमा नहीं किया जाता। और ५००० से अधिक किसी भी हालत में जमा नहीं रह सकता। नावालिय की और से लिफ एक हजार रुपया जमा रह सकता है। एक सताह में लिफ एक ही भार रुपये वापस हो सकते हैं। स्याज है सेकड़ा प्रतिवर्ष मिलता है। यह सेक्युरेटि और प्रोमेसरी नोट बैक में रखे जाय ती रुपादा रुकम जमा ही सकतो है कीर उसका स्पात मी मी सिल्ला है। पास गुका में लेम देश कीत क्यांत्र बाजना व परावर होता रहता है।

जिन्द न्याने में १०) का पाम क्या वह गई हो यह ३ द जिगमें १०) में श्राधिक किया १००। तक बह गई हो वह ध मक कीर (जममें १००) में कविक रह गई हो यह १२ वर्ष विना देन सेन वे. रहे माँ यह रचम सावारित समसी जा

भीर उसका रूपया किर नहीं मिलेगा। मार के साधारण नियम-मार दो प्रकार का होता (१) एक्समेल (४) शाहिनतो । एक्समेल तार हर रोत वि जाना है और बाहिनर्रा के पहिले मेजा जाना है। बाहिन नार गुटियाँ होएकर बाकी दिनों में लिया जाता है बीरबी त्रेम के बाद भेजा जाता है। सहसूल धक्सवेम का १३ ह तक रहा) आगे मित शहर =) के दिसाय से और आर्डिगी राष्ट्री तक ॥) धामे प्रतिराष्ट्र -) के दिसाब से लिया आ इसमें लिए द्वर पतेके भी शब्द ओड़े जाते हैं इसलिये मेजने अपना पूरा पता लिए पा अपूरा लिए या विलक्त हो न यह उसकी हच्छा पर निर्मट है।

तार जवायी भी जा सकता है इसका महस्त साम तार से ॥) अधिक देना होता है। यदि यापस अवाय न गया हो ती Officer in charge of the Telegrapheba office Calcutta को जमा की तारीय से दो माह के क लिखना चाहिये देर हो जाने से दाम पापसन मिलेगा।

तार तामील होने की तारीख और समय मांगने का

॥) लगता है में काम करने का समय रोज का सलगई

हृष्टियाँ का अलग होता है। हुट्टी के दिन आर्डिनरी तार नहीं लिया जाता । बाफिस चन्द होने के बाद १) लेट फोस देने से सिर्फ एक्सप्रेस तार लिया जा सकता है।

मोट—पोस्ट द्याफिस सम्बन्धी विशेष नियम की जानकारी के लिये 'पोस्ट पएड टेलीग्राफ गार्डि' मँगाकर देखें। जिस

टिकर पर Service पेला छपा हो तो उसे सर्वसाधारण लोगी को काम में न लाना चाहिये। लाने से पोस्ट ग्राफिस केस भ्यला भवती है।

रेलवे के साधारण नियम (१) भीन वर्ष तक के लड़के से किराया नहीं लिया जाता

मिक बाद बारह वर्ष तक के बालकों का ग्राधा किराया न्यता है। (६) द्याने जाने का (Return) टिकिट छुमाह तक का

विकता है। इसका लेनेपाला पदि समय पर न लीट सकता हो तो धाजी मियाद ही में यह अपना टिकिट जहाँ सें लीटनेवाला हो उन क्टेशन पर बापन करे तो उसे यक बार का पूरा मह-

गम भिलेगा। रिटर्न टिकिट इसरे मुखाफिर को नहीं पेच ' सबका है। (३) पहिले दर्जे का धारमी गामन, दूसरे का ३० मेर, देखदे

ा २० शेर और तीमरे इंजें वा बाइमी १५ सेर यजन अपने साथ ले जा सकता है। इस एकन में छाता, लक्षड़ों, देश्तरा, जाने का सामान झाहि का पळन नहीं गिना जाता। मार्थ टिक्ट का कापा बामा होना चाहिये।

(४) परिज्ञास बद्धत हो मो उसका सगेब हो सकता है। लगेज किं हुए स्टारात को पहि मुमाफ़िर चाँह तो अपने दात दा बाई हे दान रख स्ट्रा है।

इरफ़न मीला

तरह माल भेजने में महस्त ज्यादा लगता है शीघ पहुँच जाता है। मालगाड़ी से महस्त पर मलग लगता है और कम लगता है पर

पर भवाग लगता है भार कम लगता है पर करके पहुँचता है। (१६) पासल और गुइस का माल भेजने महसूल पहिले या पोछे जैसे चाहे वैसे दें

निरुद्ध पहिला पा पांचु जिला चाह चला है हो। बिगड़नेवाली वस्तुओं का महस्त पहिला हो। माल भेजने वाले को रेस्ट की तरफ, से रसी चह रसीद जिला स्टेशन पर माल भेजा है वहीं माल मिल सकता है। रसीद गुम जाने से पर इकरार नामा लिल कर माल ले सकते हैं।

(२०) किसी भी प्रकार का ज्यादा लिया चापस लेगा हो तो ६ माह के अंदर ट्राफिक स् लिखना चाहिये।

वापस साता हा ता देशाह के अन्यक्रा गण य लिखना चाहिये। (२२) माल यदि गुम गया हो तो उसके लिखना चाहिये। यदि रेल्वे कंपनी दाम दे

या आनाकानी करेतो कोर्ट में नालिश करना लगेज और रेटने पार्सल का महस्र

(२४) २॥ सेर तक फी ५०० मील की दूरी पर। 🗝) और अधिक से अधिक दूरी पर १॥) से अधिक पाँच सेर तक फी० २५० मं

त आयो पर—ा=) व कितनी हो दूर पर लगेगा! इसके झागे अधिक महसूल के लिये क नकत्रों से वेंख लें।

હલ	-		5	रफून माला
दूरो मीलों में	इस सेर	धीस सेर	तीस सेर	एक मन
र्माल तक	र. द्या.	र. द्या.	হ. স্থা.	र. झा.
२ ५) • ६) • (0 6
40	- 4	- 1	- 13	- 12
•×	- 4	- 32	1-1	1-1
100) - (- 35	11	-1-0
184	- 18	1-1	1-0	-1-13
140	- 12	1-1	1	₹—-÷
1 • 4	- 12	10	1-12	₹—с
300	- 18	10	ો ર -−-ર	₹12
364	1-1	1-12	₹6	₹—₹ `
240	1-1	1-12	₹1₹	2 9
104	11	₹ — ₹	1-3	\$34
***	j 11	२ —₹	1-1	¥¥
804	1	:	₹1¥	1-10
4	1-0	٧-،	2	* v-14
નર ખ	1-0	₹ 1		4-4
	1	₹ 1	ર (૪૪	4-10
484	111		81	1 5-0
440	111			4 4-4
604	1-1			5-12
•4•	1-1			4-1
••4	₹ ~ •			• • •
400		1 ,		
184	1 4-1		. , , ,	
940	1 3-1	, , .	. , . ,	
1171	1 88	_ i *	• <1	3 <13

नोट-विश्व एवं करते हैं तिहें देश की निरमावरी सेंगत कर रेकिट तरह माल भेजने में महस्यल ज्यादा लगता है पर माल बहुत शोप पहुँच जाता है। मालगाड़ों से महस्यल अलग २ चीनों पर अलग लगता है और फम लगता है पर माल बहुत देर करके पर्ण्यता है।

(१६) पासंत और गुहस का माल भेजने वाला आहमी
महस्रल पिटेले या पोढ़ें जैसे चाहे पैसे दे सकता है। श्रीम
विगड़नेपाली पस्तुओं का महस्रल पिटेले ही लिया जाता है।
माल भेजने पाले को रेल्ये की तरफ, से रसीद मिलती हैं।
बह रसीद जिस स्टेशन पर माल भेजा है वहाँ पर वातो से
माल मिल सफता है। रसीद गुम जाने से ॥।) के स्त्राम्य
पर इकरार नामा लिख कर माल से सकते हैं।

(२७) फिसी भी मकार का ज्यादा लिया हुआ महसूत चापस लेना हो तो ६ माह के अंदर ट्राक्कि सुपरिटेन्डेएट की लिखना चाहिये।

(६२) माल यदि ग्रुम गया हो तो उसके क्षिये रेव्वे को लिखना चाहिये। यदि रेव्वे कंपनी दाम देने में देरी ^{करे} या ध्रानाकानी करें तो कोर्टे में नालिश करना चाहिये।

लगेज और रेखे पार्सल का महद्यल

(२४) २॥ सेर तक फी ५०० मील की दूरी या उससे कम पर।) और अधिक से अधिक दूरी पर १॥) तथा २॥) सेर से अधिक पाँच सेर तक फी० २५० मील या उससे कम अथा पर—। । च कितनी ही दूर पर भेजा जाय ३। लगेगा। इसके आगे अधिक महसूल के लिये नीचे लिले ड्रैंय नकरों से देख लें।

एक मन

सेर	धी	स	सेर	तं	ोस	सेर
धा.	ī	ţ,	द्या.	1	₹.	श्रा.

मलि तक	र. श्रा.∣	रु. द्या.	દ. ચા.∣	হ. স্থা.
२५	• •	• •		• ६
40	- 1	- (- 12	- 12
•×	- 4	- 18	11	1-1
1	- ६	- 12	11	10
124	- 12	1—1	1-0	-1-12
140	- 12	1-1	1-0	₹ — >
104	- 12	1-0	1-12	₹—6
1	- 38	1-0	2-2	₹-12
284	1-1	1-11	₹—€	1-1
£ 4.0	1-1	1-12	2-12	3-4
8.4	1-1	₹—₹	1 2-2	3-14
***	1-1	₹—-₹	1-2	¥¥
***	1	*c	1 2-14	¥-10
400	1	₹ ८	\$18	¥-34
484	1-0	1 4-11	¥¥	4-4
	1	4-11	1 V-8	4-10
484	1-12	1-1	¥14	
44.	1-11	1-1	414	
4.4	1-11	1-9	44	\$-11
•4•	1-12	1-9	4-4	0-1
***	₹-•	1-1	ı	
•••	\$	1-1	r ~91	
484	1-1	8-8	₹ —₹	1 (2
940	1 4-1	1-1	(<
1040	1 2-2			

मोट-विष इ'त बातने के लिये देतने की नियमकारी मेंगना कर 1803

पाक शास

पाक शास की आवश्यकता

भारतीय गृदिगियों के लिए पाक्यान्त्र का मान भागरक ही नहीं सनियाप्य है। हमारे घरों में हमारे भोजन का भार हमारी गृदिगियाँ पर ही रहता है यह स्पयम्या आज ही से से मही सनामन पाल से चली झाती है। पूर्वकाल में वड़ी र सनी क्रियाँ अपने पति और कुटुम्पियों को अपने हाथ से भोजन पनाकर जिलाती थीं। ये पाकरास्त्र की कलामें पास्त्र होती थीं, इसीसे उनका बनाया हुआ मोजन, शुद्ध, साफ, सुन्र संस्कारों से युक्त और सामकर होता था। पर आजकत की की सलनाएं इस विश्वय से अपरिचित होती हैं। वे कडा, पका, वाहियात भोजन बनाकर अपने कुटुन्यियों को रखती हैं, जिस से उनके घर के लोगों का स्वास्थ्य टीक नहीं रहता। अन्यव यह ब्यायश्यक है कि मत्येक भारत रमणी इस विषय में पार इतता माप्त करे। यदि वरह २ का भोजन बनाना न आवे ती कोई चिन्ता नहीं पर जितना भी भोजन बनाया जाय वह साफ़ पका हुआ, और स्वस्थकर होना चाहिए। इस छोटीसी पुरत में इस विषय पर ज्यादा न लिख कर हम कुछ चीजें बनाने की विधि नीचे देते हैं। जिन बहनों को इस विषय में विशेष श्वान प्राप्त करने की इच्छा हो ये पाकशास्त्र संयंधी दूसी पुस्तकें मंगवा कर देखें।

शाक

आल् का शाक—आलुओं को उदाल कर उन्हें ही ल^{जी} चाहिये। फिर उनके गट्टे करके मसाला मिलाकर धी में ही क देना चाहिये कुछ समय के याद दही की खटाई देकर उतार लेना चाहिये।

भिट्टी का साग-भिट्टी के पेटको चीर करके उसमें मसाला भर दे और फिर उसे हींक देना चाहिए । इस साग पर दकनी नहीं दक्तना चाहिये और न पानी ही डालना चाहिये। यदि

बेसा किया हो मिट्टी चिक्तनी हो जायगी।

जामका खाग-जाम को खिलकर उसके गट्टे कर लें। फिर मसाला मिलाकर जीरा द्वींग के बघार के साथ द्वींक दें। थोडी

देर के प्रधान कुछ ममाला और थोड़ीसी शकर डालकर उतार लेना चाहिए।

बड़ी-मट्टा के साथ येसन को घोलकर उसमें मसाला मिला दें। फिर बचार देकर उसमें येसन मिले हुए माट्रेको हों क हैं। बदी की जिननी द्याँच ज्यादा दी आयेगी उननी दी करी अच्छी वनेगी। सुविधानुसार झाँच देकर पक जाने पर इतार लें।

रायता-दर्दा का मद्वा वना कर उसमें भसाला मिलाना चाहिये। फिर यदि मीटा रायता धनाना होती थोड़ी शकर धीर मिला देना चाहिय। नहीं तो यैसाही रखना धाहिये। पिर उसमें पद्मोद्री, दाख बादि जिसका रायना यनाना हो

बालकर मीचे ही बचार दे देना चाहिये। नाट-इसो प्रकार और भी साग, रायने धादि बनाना चाहिये इस पुलक में स्वाना भाव के कारण हम ज्यादा महीं

लिल सकते।

पद्यान

मून को दाल का दलवा-मून की दाल को नलाकर उसके ित्वके दरा दे। किर उसे पास ले। क्रितनी मूँग की दाल ली

हो उतना ही थी लेकर उसमें चीमी २ झांच से दाल को सँहता चाहिये। जब लाल हो जाय तब उसमें दाल से डेड़ी चीनी हा रस चीरे २ डालें और कलाड़ी से चलाये। रस धतम हो जाने के बाद बोड़ी देर तक और रणकर उतार लें। फिर उसमें मेवा यगेरह डाल हैं।

हरकर मीला

आलू का एलया—आनुओं को उवास कर साफ करे और उनका भरता पना लें फिर बरावर घी डालकर उपरोक्त रांति

से सेफें। जब बान् पर लाली बाजाय नव उसी प्रकार रस खाले और भी छोड़ देने पर हो जाने पर उतार लें। किर

मेपा डाल हैं।

हरे चने का हलुया—चनों को पीस कर उसमें धोड़ा वेसन मिला दें। फिर परायर भी के साथ राय क्षेके जय खण्डा श्राने लगे तय उपरोक्त रीति से चीनी का रस डाल कर उतार

ले फिर मेवा डाल दे। इसी मकार स्जी,शकरकंद,आदि का हलुया बना सकता है।

श्राम की वर्फी--२५ यद्भिया श्राम का रस निकाल लें श्रीर फिर उस रस को घी के साथ सेके जब कीटी वन जाव ^{उतार}

लें। इस कीटी में मसाला, और खोवा मिला है। किर श सेर शकर की चासनी यनायें। जय चासनी गोटीयन्द आ जाये तय उसमें फेशर डालकर उसे उतार लें। ठएडी हो जाने पर उसमें कीटी मिला कर थालियों में डाल हैं। ऊपर से 🕏 🥫

मसाला और चांदी के बरक लगा हैं। नोट--चासनी को यहुत नहीं घोटना चाहिये नहीं तो कर

नहीं पडेगा।

नारियल की धर्फ़ी--नारियल की गरी को कसनी परकर लेना चाहिये। फिर उपरोक्त चासनी की तरह ही चासनी लेकर



दिन कींचनी से कींच झाले। इसके बाद, झमहद की हर्ष और सोद्याने के पानी के साथ शला २ उपाले। किर दें तोले मिश्री के साथ पानी में उपाले। डेढ़ तार की वालं में इन शायलों को झाल कर पकायें। खून पक जाने पर हों इसायची का चूरा और गुलाय का इस झोड़ कर उतार लें। भाग का शुरस्था—श्याम झील कर उनके कतले कर हैं कींचनी से कींच कर चूने के पानी में मिगो दे, दो घंटे के का साफ पानी से घो डाले। इसी प्रकार नमक से भी घो डातें किर एक झुटांक मिश्री के पानी से काय उपाल लें किर इं कपड़े पर रख कर उनका पानी सुख जाने है। यक तार कें चाशनी में किर इनको डाल कर खून पकारे, पक जाने केंग्रर, इलायची, शादि डाल कर खून पकारे, पक जाने केंग्रर, इलायची, शादि डाल कर खून पकारे, पक जाने केंग्रर, इलायची, शादि डाल कर खुन पकारे, पक जाने केंग्रर, इलायची, शादि डाल कर खुन पकारे, पक

इसी प्रकार पेठा, केला आदि का भी मुख्या बनता है।

सन्तान-पासन

याज कल भारतवर्ष में सन्दान पालन की थ्रोर विलड्डल योन नहीं दिया जाता। इसी कारण यहाँ के पच्चे हमेगी गीन, तुपले श्रीर कमजोर रहते हैं। तथा भीट्य में भी पे बास्य लाभ नहीं कर सकते। उनका पेट तो फूल कर बल हो जाता है श्रीर हाथ पांच स्व्य जाते हैं। इन सच का रूण माता पिता की वेपरवाही है। यच्या तीन चार तीने का हुया नहीं कि लाने को अप दे दिया जाता है। नेव को जहाँ चाहे यहीं लेटा दिया जाता है, न सर्झ की बाह की जाती है न गर्मी की। पेसी स्थिति में यदि सच्चे स्वास्य्य विगड़ जाय तो दगा आकर्य।

हम यहाँ सन्तान-पालन के कुछ नियम लिखते हैं। इन

ीयमाँ के अनुसार .चलने से बहुत कुछ साम की सम्मा-ाना है।

- (१) नय-जात यासक को पहले शहर चटाना चाहिए। सके पार मा का दूप पिलाना चाहिए। उसके पश्चात् यालक तो भीरे २ गाय का दूप देना चाहिए।
- (२) जय लड़का तीन चार मास का हो जाय तय उसको प्रेका लगाना चाहिए। टीका दिला देने से माता निकलने म इर पहन कम रहता है।
- (३) जब सहका सात खाट मास का होता है तय उसको रीत निकलना भारमा होते हैं। इस समय कई पद्यों को वहां तकसीप: होती हैं। इस समते हैं, गुजार खाता है। हम्बाहि, पेसे समय में बच्चों को "ब्राइपवाटर" दिसाना चाहिए।

पालको की बीमारी का प्रधान कारण उनका मोजन सम-भाग पाहिए। अनियमिन साहार पा कराव दूध देने से बच्चे बीमार हो जाते हैं। करहेन्स-मिटक पा किसी प्रकार का विसायती दूध करों को नियमिन कर के न देना चाहिए। बोनल में रख कर दूध विलान की प्रवासी और भी कराव है।

क्रमर बचा कुप पांकर उसे बापस उमलदे तो ऐसी पिति में उसे होमियाँपैयी की "ह्युजा" नामक द्या देना पाटिए।

गर्दी के दिनों में क्यों को मुलायम कर्ता यात परनाता चारिस, नथा कर्दे मुलायम और कंधे विदीने पर मुलाना चारिय। क्योंकि क्यों का कमझ बहुत पत्रता रोगा है क्रिससे उन्हें नहीं बहुत करदी तम कार्यों है।

हमारे देश में वर्षों को छः मास से ही अन देना गुरु हर देते हैं। यह यहुत खराय प्रधा है। इससे वहाँ की हाउन शक्ति विगड़ जाती है। जिसमें वे कमजोर हो जाते हैं। ज

तक यथों के दांत पूरी तीर से न निकल जायँ तव तक हर नहीं देना चाहिए। प्रकृति वर्षों को दाँत उसी समय हैंवें है जय उनकी द्याजमा शक्ति श्रद्म पचाने के लायक हो जातीहै।

वच्चों की कुछ वीमारियां और उनका इलाज

(१) यदि बच्चों को दस्त कब्ज होती हो तो हो^{प्रियो} पैथिक नपस भौमिका (6 x) की तीन खुराक देना चाहिए।

अथवा ६ मारो परएडी का तेल दूध में मिला कर देना चाहिए।

(२) यदि धन्चों के पेट में की डे या छन्ने पड़ गये हैं।

तो उसे गरम पानी में केस्ट्रा आहल मिला कर पनीमा देना चाहिए।

(३) अगर यच्चे को डिब्वे की (ब्रॅंकोनिमोनिया) हो

तो तुरन्त एकोनाइट और वायोनिया (३० शक्ति) की काशः

पक र ख़राक देना चाहिए।



सांग्य दर्शन

इर्फु क्य दर्शन के क्यायना "बायिल गृति" है। ये बीन थे. बच दुए कीर दनके माना पिता बीन थे. द्यादि काल जानने के लिये कोई पंतिशासिक आधार नहीं । धन इस दिवय में हम क्राधिक विधेयन न कर कापने प्रधान दिवस की क्टोर भवते हैं।

शास्य दर्शन के भारतीय स्टि की उत्पत्ति और विनाश में हो सच्च प्रधान शाने गये है । यहला पुरुष धीर दूसरा प्रकृति । इसी के "पुरुष" (कामा) क्रापरिनामी, क्रायल क्रीर क्रापरिक मेंबर्गाल है। और प्रश्नित परिकारी तथा श्रानिदिधि से पूर्व है। यह सवृति ६४ सकार को है। प्रशा—(१) सूच प्रवृत्त (३) शहताच (१) कारकार (४) योग तमाहाई (६८, रस. रच्य. क्या कीर शब्द) (६) योज क्षामिन्यों (६) योज कर्रीनेया (३) ma (e) amein (4) ang (te) mm (tt) ang atte (tt) एक्ट्री । इसके र दुवन किलाक र शोक्ट के बुल देव कन्द्र प्रत्ये हैं ।

सृष्टि रचना

मरुति सत्य, रज श्रीर तम इन तीन गुणों से युक्त त्रिगुण त्मक है। इसकी प्रारम्भिक द्यवस्थामें येतीना गुणसाम्यावस्थ में रहते हैं। यह प्रकृति श्रहानमयी है। यह श्रवने खामाविः धाकर्पण से लोह घुम्यक की तरह पुरुप को अपनी थोर ^{श्राक} पित करती है। जय उसपर पुरुष का प्रतिविस्य पड़ता है तुः उसमें एक प्रकार की कम्पन या हरकत उत्पन्न होती है जेससे इन तीनों गुणीं की साम्यावस्था नष्ट हो जाती है। बह ाहीं से रहिए का श्रस्तित्व पारम्म होता है। इस कम्पन से तय से पहले द्वान रूप महतत्व (युद्धि) को उत्पत्ति होती है। हतत्व से ब्रहंफार की उत्पत्ति होती है। यह ब्रहंकार ।।त्यिक, राजसिक और तामसिक ऐसे तीन प्रकार का होता । सात्विक श्रहंकार से पाँच हानेन्द्रियाँ, पाँच कर्मेन्द्रियाँ, ौर एक मन की उत्पत्ति होती है और तामसिक झहंकार से चि तन्मात्रायौ की । इन पाँच तन्मात्रायौ से पंच महाभूत की । उत्पत्ति होती है और इन्हीं पंच महाभूतों से स्थल शरीर र स्थूल जगत् की उत्पत्ति होती है। यहाँ यह बात स्मरण रखना चाहिए कि आधुनिक पदार्थ हान भी सांख्य ही की तरह किसी तरह की कम्पन या

सांच्य तीन प्रमाणी को प्रचान मानता है। प्रत्यक्त, अनु-न और आगम। वह इन तीनी ही प्रमाणी से ईश्वर को हेन्द्र मानता है। एक स्थान पर उसने स्पष्ट "ईश्वरासिन्द्रें" अर झिन्दि) ईश्वर असिन्द्र है पेसा कह दिया है। संच्य सिन्दें)

कत ही से सृष्टि की उत्पत्ति मानना है।

सांच्य दर्शन "सत्कार्ययाद" को मानता है, यह कहता है कि न तो असत् यस्तु से सत् की उत्पत्ति हो सकता है और न सत् से झसत् को उत्पत्ति होती है सब यस्तुर्प सत् रहती हैं और उन्हों से सत् की उत्पत्ति होती है। फेयल रूप में परिय-होता है। धेरोदिक और न्याय वाले सत् से झसन् की उत्पत्ति मानते हैं।

૮૫

योग दर्शन

योग दर्शन के रचयिता पातम्जलि मुनि हैं। इसलिये इसको पातजलि दर्शन भी फहते हैं।

योग दर्गंत कर्र वार्तों में सांच्य दर्गंत से मिलता है। यह भी सांच्य हो की तरह २५ तत्वों को मानता है। अन्तर हतना हो है कि कपिल मुनि के रेश्यर का अस्तित्य नहीं माना है। पर पातब्रलि उसका अस्तित्य मानते हैं। उन्होंने हैं एयर को इश्यासयों तत्व माना है और कहा है कि "जगदीरयर अपनी इच्छा के अनुसार ग्रांग पारण करके जगत् को रचना करते हैं।" इसी कारण कपित दर्गंत को निरीय्यर सांच्य और पातब्रलि दर्गंत को सेस्पर सांच्य भी कहते हैं।

पातजल कहते हैं कि चित्त की वृत्तियाँ निम्न २ प्रकार की होती हैं। उन सम वृत्तियाँ के निम्न निम्न विपय निद्धांदित हैं। जैसे देखने का पिपय कर और सुनने का गुण्द हैं। अन्तान्तरण को हम सब विपयों से दूर करत परमेश्वरादि प्रेय पस्तुओं में स्वापन करने एकाम हो जाने ही को योग कहते हैं। (योगश्चित्त वृत्ति निरोधः) इस योग के यम, नियम, प्रायायाम आहि आह अह हैं।

पातबित के मत से सत्यहान ही मोद्य का मृल कारर

<u>राजन मीटा</u> है। पुरुप। अर्थात् आत्मा जड़ जगत् से विलकुल मित्र है।

मनुष्य श्रामन के कारण संसार में प्रवृत्त होकर "में सुनी हैं" "में दुखी हूँ" "में कतो हूँ" श्रादि चार्त सोचता है। तत्व हान इसी भ्रम के परदे को दूर करता है। जिससे मनुष्य इन सब चार्तों से परे होकर योग के द्वारा कैवस्य को प्राप्त कर शपने श्रमसती चिदानम्द सक्स में सोन हो जाता है। इस दर्शन में

इस दर्शन के रचयिता महर्षि कणाद "परमाणुवाद" के अचारक थे। जिस प्रकार कपिल ने सृष्टि का मृल कारण प्रकृति

"योग" का यड़ा ही विशद विवेचन है। वैशेषिक दर्शन

और पुरुप को माना है। उसी मकार इन्होंने "प्रमाणु" को सृष्टि का मूल कारण माना है। कणाद कहते हैं कि परमाणु नित्य और अनादि हैं। सृष्टि के पूर्व ये अपनी अञ्चलावस्था में रहते हैं। किसी अर्थ कावर कारण विशेष से इनके अन्तर्गत प्रकार की करणना पानी उत्पन्न होती है। जिससे एक परमाणु दूसरे परमाणु की और आकर्षित होता है। और ये परमाणु अपनस में मिलने लगते हैं। हो परमाणु मिलकर एक प्रयाणु और तीन वरणुक मिलकर एक वतरेषु बनता है। इसी प्रकार नित्त ते नित्त ये प्रणो के परमाणु एस्पी कप में, जल कप में, अनि के अिन कप में सीर पापु के पापु कर में, जल कप में, अनि के अनि कप में सीर पापु के पापु कर

में आ जाते हैं। इसी प्रकार होते होते समय पाकर इस सृष्टि की रचना होती है। क एगद सृष्टि की उत्पत्ति के मूल तत्व छः मानने हैं(१) द्रस्य (१) गुण (३ कर्म (७) सामान्य (५) विशेष और (६) समयाय। विशेष नामक पदार्थ को मानने ही के कारण इनके दर्शन का नाम वैग्रेपिक पड़ा है। इनमें से द्रष्य के ती, गुरु के चौवोस, बामे के पांच और सामान्य के दो मेह माने हैं। आन्मा और चिक्त भी द्रष्य के ती भेड़ी में माने गये हैं।

6

महर्षि कपाद का यह परमाणुवाद विशान को उसति के नाय ही लाय प्रविकाधिक माननीय होता जा रहा है। जिस प्रकार भारतयों में हत यह के जन्मदाता "महर्षि कणाद" वामने यह स्वाद के जन्मदाता "महर्षि कणाद" वामने उसी प्रकार यूरोप के प्रस्तात यूनागी तत्वयंचा "हिमानिहसा" हम याद का जन्मदाता समभा जाता है। आपु-निक काल में हस मन का प्रधात पुरस्कर्णा "डेस्टर" समभा जाता है।

न्यापदर्शन

इस दर्गन के कर्ना महर्षि गीतम है। इनका एक नाम "करापाद" भी है।

ायाव हरोन का शुरुष विषय न्याय क्याया नकेशाय है। आत्मवर्ष में शापह सब के पहिले हर्नो महर्षि ने नकेशाय को हनता विकृत कप दिया। प्राय में हर बाद का जन्महाना विकिश्यास कहलाना है। का उनके नकेशास्त्र को हेलने के मान्या होता है कि यह गोतम के नके हो का सुधरा हुआ कप है।

श्वाव दर्शन भी कैठेविक ही को नरह " परमाणुवाद " का बाबने साला है। बैठेविक दर्शन में माने दुख पहाणी के क्रानि-विक स्थाव दर्शन में ममाण, ममेव, निद्यालन साहि सोसह पहार्थ कीर माने हैं।

द्रधाव

विश्ववे दोता से दिश्ये दिषय का निर्णय दिया जा सकता को ग्रमाण करने हैं। वैशेषिक हरीन में मायल क्षीर सानु- दरक्त मील

गीरप मृद्धि हुई है।

भागान का सराण बतलाते द्वय रसमें कहा है कि का भागान का सराण बतलाते द्वय रसमें क्षिमत कहते हैं को देखकर कारण का तिरुक्त करना रसे खा, उपनय की रामान में महिता क्षेत्र, उपाय के स्वित्त कर की गामान में महिता—"पर्यंत पर साम है। हेते नेकलता है वह भुमों निकल रहा है, उदाहरण जारों से भुमों नि पर से प्रम भाग होती है औसे रसोई घर, उपनय इस पर्यंत पर है। इसे निकलता है, निगमन रस लिए इस पर्यंत पर कि प्रणाती से महार हर एक पात को न्याय दर्शन गम्मीर ता

ाच्य करण प्रधात महण करता हैं। है उसे स्वाय प्रमाण से जिस विषय का निक्षित ज्ञान होता विषय, दुवि, दर्शन प्रमेय कहता है। आत्मा, शरीर, इन्द्रिय, ति) कत, मन, प्रवृति, दौप, मैत्यभाव (वारच्यार प्रर्चारित विषय के दुःख और अपवर्ग, ये सब प्रमेय हैं। अनिक्षिन्देह, प्रयो-निक्षित करने को सिखान्त कहते हैं। इसी प्रकार क्ष्यू को जन, इपान्त, याद, विषयहा, खन आदि तेरह (प्रार्थों को जन, इपान्त, याद, विषयहा, खन आदि तेरह (प्रार्थों को सिद्ध करके प्रधात प्रष्टण करता है।

विचार के श्रद्ध बतहाये हैं।

पक्षा पराधान है। यहाँ यह यात स्मरण रखना बाहिए कि गौतम्। यद्यदि प्रमेमों के अन्तर्गत "ईश्वरण का नाम नहीं विव्या है हो माना अविध्य के टीकाकारों ने निर्माण कर्ता कर में ईश्वर हैं। है तथापि गौतम ने इस विषय में विवकुल विवेचन नहीं

है। यदि रेश्वर को यह ममाल सिद्ध मानते तो खबरव ममेवी में उसका नाम दिया जाता। हती मकार का गोल माल कलाद के मूल एव में भी पाया जाता है। इस गोल माल का कारल क्या है कुछ समम्त में नहीं खाता। क्या ये लोग खनीश्वर पाडी थे?

मीमांसा दर्शन

यह दर्धन महार्थ "जीमना" का रचा दुधा है इस लिये इसे
"मीमांसा दर्धन" भी कहते हैं। श्रुति विशेष का अर्थ समर्थन करना कथा पेद और स्कृति के शोच में जहाँ कहीं अर्थ विरोध हो उसका तर्क के प्राप्त सामग्रस्य उत्पन्न करना इस दर्धन का वहेरा है।

इस इर्गन में कमें कायद का विषय, श्रुति सविशेष वर्चा, विचार तथा सिद्धान्न निक्षित किये हैं। कमें कायद का विशेष विषेचन होने से इसे कमें मीमांसा भी कहते हैं। इसके मत से समें साभ हो मनुष्य परम पुरुषार्थ हैं। वेदीन यह बाहादि बतने से यह (समें) माम होता है। यह इर्गन येदों को निज्य मानता है।

षेदान्त दर्शन

इस दर्शन के रूपयिता महर्षि स्वास है। पर इस पर सब हे गम्मीर मदाछ ब्याभी सहूत चार्य्य ने हाला है इस तिष्ट् विनने ही लोग सहूर ही को पेदाल रूपयिता मानते हैं। इस दुरीन को महा मीमीरा भी कहते हैं।

वेशान के मन से, किससे जगन को उत्पनि नियनि सीर मलय होना है उसी को मह कहते हैं। यह मह सम्य सक्य, श्लान सक्य, और कनमा सक्य है। वह कहिनीय है। उसके सिवाय दूसरी सव चीज भिध्या श्रथवा ग्रम सरूप है (^६ अस द्वितीयी नास्ति) जिस प्रकार रात में रस्ती को देव^{ने} उसमें सांप का ग्रम हो जाता है उसी प्रकार श्रवान के का मजुष्य को जगत् का ग्रम हो जाता है।

इस "मत को मायाबाद कहते हैं। माया परमहा की ग स्वरूप है। उसके मायाबिट्डिश होने हो से जगह की उर होती है। जिस प्रकार किसी भाइ के नीचे जड़े होकर फ़ार को देजने से वह पूर्ण होने पर भी द्वित्र भिन्न नगर प्रा है उसी प्रकार ब्रह्म निर्देकार होने पर भी माया के कार

है उसी प्रकार ब्रह्म निर्धिकार होने पर भो माया के कार दिल्ला निक नज़र खाता है पर वास्तव में वह स्विधिन्न है वेदान्त के मत में परब्रह्म निर्मुण, निराक्तार, निर्दिक खोर चिन्मय सक्तप है। जगत ही जय सममय है तो व जगत कर्यों की तरह नहीं गिना जा सकता। जय संसार ' प्रृष्टि ही मिथ्या है तो उसका कर्या कैसे सम्मय हो सर्थ।

है। इसलिय वह अकतां, अक्ष्य, अस्पूल, त्वाम, भागि अहस्य, निर्मुण, निर्देशिय, और मन चवन से भागियर है। जीव वास्तिविक परम्हा के सिवाय और कुछ नहीं है। इस बान को मात कर बानन्त लाभ करना ही इस दर्शन की उद्देश्य है। "अयुनारमायहा" अर्थात् जीव महा है। "मई महास्मि में महा हैं, "तत्वमित" हाम महा हो इस्पादि वामी को महावादन कहा गया है। इन महा वास्तो का असे समर्भ कर जीव और यहा को अभिन्न सम्मुने ही को तत्वकान कहते।

कर जीव श्रीर प्रांत को श्रीमंत्र सम्माने ही को तत्काल करते हैं। इस बान के सत्पन्न हुए प्रधान जीव श्रीर प्रदा में भेड़ नहीं रहता "शहं प्रसारिस", बर्धान् "में ही यदा है" इस प्रशार का हड़ तिश्रय करके केवल चेतत्य क्वरूप प्रदा में ही स्कृति रहना न्याहिए पेसी सपस्या होने ही से ग्रुकि विननी हैं।

जेन दर्शन

जैन दर्शन के अन्तर्गत दृष्य दो प्रकार के माने गये हैं। जीय और अजीय। अजीय दृष्य पाँच प्रकार का होता है पुहल (Matter) पाँग (Medium of Motion) अपाँग (Medium of rest) काल (Time) और आकारा (Space) रुनमें के पहला प्रतिकृतीर तरिए तरुष अपार्थिक हैं।

um of rest) काल (Time) आर आकार (Space) इनम से पुरुत मूर्तिक और रोप सब सम्मिक हैं। जीव और पुरुत इन होनों इन्यों के अन्तर्गत "पेमाविक शिक" नामक एक विरोप गुण होता है। जिसके प्रमाय से इन होनों में एक प्रकार का सराख परिचामन होता है इसी परिचामन को चन्यन कहते हैं। यह पन्यन ही संसार है और इससे मुक्त होना ही भोड़ है।

ह्तरसं मुक्त हाना हो मास है।
स्वार मुक्त हाना हो मास है।
बार वहाँ है। (१) जोय (२) आश्रीय (३) आश्रय (युद्धल के स्तार आहं है। (१) जोय (२) आश्रीय (३) आश्रय (युद्धल के स्तार आयं के समस्या होने का कारण) (४) युद्धा । (जोय के साथ युद्धल का मिल जाना) (४) संयर (उन कारणों को रोकने का प्रधान) (६) निर्जय (उन क्यानों को सोहने का उपाय) (३) मोस (उन स्वय क्यानों से झाज़ाइ हो जाना)। ये हो सानात्रण कारलां के हैं। स्वारी से जोय को गुद्ध कीर साम

क्रा का बोध होता है।
जीव बीर पुरस का साक्य उसकी शमाग्रम परिएिति
के बातुमार होता है। यह परिएित तीत प्रकार को होती है।
ह्या, बाग्रम को है । यह परिएित तीत प्रकार को होती है।
ह्या, बाग्रम को है वैदाय कथा। हम परिएित से पुण्य परमाहाती के बाय्य होता है, बाग्रम से पाप परमाणुकों का कथ्य
होता है बीर बैराय कथा परिएित से सच्चिदात्वर बावस्य
बा ब्रियोय होता है।

हरफ़न मौला

उत्तर भेद १४= हैं।

पढ़ने योग्य है।

ऋामना है।"€

जैन दर्शन में इन् पुद्रल परमाशुझों को कर्म कहा है। रे

आठ प्रकार के होते हैं। ज्ञानावरणीय (श्रानशकि को हा

देने घाले) दर्शनायरणीय (दर्शनशक्ति को ढकने याले) मोहनीय अन्तराय, चेदनीय, आयु, नाम और गोत्र। इन झाउ कर्मी हे

तत्वज्ञान के अध्ययन से और गुद्ध तपस्या से ये कर्म ना होते हैं। इन कर्मों से घुटकारा पाने ही को मोद्र कहते हैं। जैन दर्शन में आत्मा की चीरह स्थितियाँ बतलाई है जिनको गण स्थान कहते हैं। यह पर्णन बहुत ही गम्भीर धीर

जीन दर्शन सुष्टि को अनादि और अनन्त मानता है। यह ईश्वर को सृष्टिकर्त्ता नहीं मानता । यह शिद्धान्त उसका बहत कुरबर का प्रारम्भा निवास निवास । यह स्तवस्य उसका बहुत ही हृद्र और प्रमाणपूर्ण है । यह प्रत्येक यस्तु को द्रान्य कप से नित्य कीर पर्याय कप से झनित्य मानता है । क्रीनियों का न्याय (Logic) भी बहुत प्रवत्त है। उनाकी स्यावादिपालासफी, गामक्रीम्याद, गया धनेकाम वर्धत बड़ा ही सम्भीर कीर तर्जे पूर्ण है। जैन स्वाप की बड़े द पाधान्य विद्वानी ने न्यूब तारीफ की है, बाकूर यामस का कथन है कि-"स्वायशील में जैन स्वाय का सारात बहुत केंचा है इसके दिनने ही तर्क पाधाण तर्कशास्त्र के नियाने से विहारत मिहाने हुए हैं स्थाबार का गिलामा बड़ा ही गामीर है। यह बन्तु की तिम के विचतियों पर सम्मा मकात

बोद्धदर्शन

थीद रर्शन का असली खरूप मिलना शाज कल बहुत कटिन हो गया है। इसका कारण यह है कि मगयान् युद्ध के पथान उनके अनुयावियाँ में घोर मत भेद हो गया। जिससे स्पार्थी लोगों ने मनमाने तत्त्व जोड दिये। इस घोंगा घींगी के कारण श्रमली बौद्यमत की पहचानना भी कठिन हो गया। कोई उसे ग्रत्यवादी कहते हैं, कोई हाणिकवादी और कोई धनात्मवादी । मगर बास्तव में यह क्या है यह कोई नहीं कह सकता । धाज कल इसमें चार फिरके मधान हैं। (१) माध्यमिक (२) योगाचार (३) सौत्रान्तिक और (४) वैमा-विक । माध्यमिक कहते हैं कि सब ग्रन्य है । जो यस्त स्वप्रा-यन्या में नजर धानी है यह जागृनाबन्या में नज़र नहीं धाती

रि जो जाएतायमा में दृष्टिगोचर दोती है यह स्वतायसा में हीं होती। इससे मालूम दोता है कि कोई भी यस्त सहय

et è i

थांगाचार के मतानुसार केयल इधिक विशान रूप साना ी काय है शेप सब द्यालय है। यह ज्ञान दो प्रकार का है रवित्त विज्ञान और अलय विज्ञान । जागृन और सुखो अयस्या में जो पान होता है उसे प्रवृत्ति विहान बहते हैं और सप्ति ह्या में जो हान होता है उसे झलपविहान बहने हैं। यह शान बेयल धामा ही पर बायलियन है।

शीत्रानिक बाहर की पश्तुकों की सत्य और अनुमान शिक्ष बहुत हैं। धेमाविक्षों के मन में बाहर की चस्तुयं प्रत्यक्ष शिक्ष हैं।

दीदरर्गंत में चार चार्च सत्य माने हें दुःख, समुद्द्य, मार्ग और निर्मेष । दुख के मृत बारण पांच स्थाप है। विश्वानस्कृष्य, चेदनास्कृष्य, संज्ञास्कृष्य, संस्कारस्कृष्य श्रीर स्वपस्कृष्य । जिस से काम, कीष, राग, द्वेर, मोह आदि दूपणों के समुदाय का प्राहुर्याय होता है उसे समुद्रय कहते हैं। "ये सथ प्रकार के संस्कार चिणक हैं" इस प्रकार की जो भावना उदय होती है उसे "मार्ग" कहते हैं यह मार्ग प्राठ प्रकार का होता है इसलिए इस प्रहाह मार्ग कहते हैं। यहां मार्ग आठ प्रकार का होता है इसलिए इस प्रकार के चलते हों। यहां मार्ग मोखदाता है "वासना विषयक चिच संतित" का जिससे निरोध होता है उसे "निरोध" तत्व कहते हैं।

इन चार आर्थ्य सत्यों का वास्तविक झान ही तत्वहान है। शुद्धचरित्र और शुद्धयोग के साथ इनका मनन करने सें मोझ प्राप्ति होती है।

चार्वाकदर्शन

चार्याकदर्शन नास्तिक दर्शन है। इसके मूल झाचार्य्य "गृहस्पति" नामक कोई ऋषि हो गये हैं। इनके किसी भी मूल प्रम्य का अभी तक पता नहीं लगता। केयल कुछ फुटकर सामग्री का पता लगता है।

चार्वाक के मत से झारमा, रंधर, पाप, पुएय, पुनर्भन्म आदि कुछ भी नहीं हैं। यह सब वार्त पावरिङ्यों की रची इर्द तिराधार करवार्या हैं। मत्यक्त ममाण हो तत्य है। श्रेष सब भूते हों। पृथ्यों, जल, पायु और झित तत्य के मिलने से मुख्य इर्दर बतात है और जिस मकार ग्रुपय के कई तत्यों के मिलने से उनमें मादकता आ जाती है, जरी मकार इन चारों तत्यों के मेल से चेतनशिक जा आही है, जरी मकार इन चारों तत्यों के मेल से चेतनशिक का मादमाय हो जाता है। जब मजुष्य मरता है तब पृथ्यी पृथ्यों में, चार्य में उत्तर का कह में समा जाता है.

रहता ।

घह कहता है--

यापजीवेत् सुखं जीवेत् ऋषं रूत्वा घृतं पीवेत्। भस्तीभूतस्य देहस्य पुनरा गमनं कुतः।

श्चर्यात्—जहाँ तक जीये वहाँ तक सुख से जीवे, ऋण करके भी घी पिये। राख हुए पञ्चात् घापस फिर से जन्म

नहीं दोगा। फिर कहते हैं-

त्रयोवेदस्य कर्तारो भएडधूर्त, निशाचराः। जर्फरी तुर्फरी त्यादि पविडेतानां पचः स्मृतम् ॥ द्यर्पात् -तीना पेद के बनाने पाले पूर्च, भएड और निशा-चर है। जर्फरी, तुर्फरी स्त्यादि पिएडतो के ध्वन जान पडते

हैं इत्यादि । इसी मत को मानने वाले आज से दाई हजार पर्य पूर्व "पूरल कर्यप" और "अजितकेशकस्त्रि" भी इए हैं।

पाथात्य दर्शन

बैत्रर-प्रसिद्ध फेश्च दार्शनिक केंत्र का कथन है कि "मनुष्य विवश है कि महति, जीव शीर परमारमा में विश्वास बारे। परन्तु ये पदार्थ बुद्धि के विषय नहीं हैं। इस लिए इन्हें बच्चि हारा नहीं जान सकते । व्यवहारिक बुद्धि की परीक्ष बरते हुए यह बहता है कि इन पहार्थों की जानकारी के शिक हम हति (हप्पा) की हरण लेना चाहिए। केएट का सिद्धान्त है कि कारिमक शिलायों में युद्धि नहीं किन्तु छति प्रधान है। और यही समस्त शक्तियाँ वा साधार है।

द्वरं क्षेम्मर-प्रसिद्ध कहेववादी हर्वरं क्षेमार क्षामा कीर परकारमा पहाँतक कि विदान के मूल वारण की भी दनलाना है। स्पेग्सर के महानुसार मनुष्य वे

र्दश्यर और आत्मा का श्रस्तित्व है या नहीं यह पात मनुष्य हे शान से ग्रतीत है।

हक्सले—यह नास्तिक बाद का समर्थक है इसके मता जुसार ईश्वर, आत्मा वगैरह कुछ भी नहीं है। आत्मा कलन रस से वनती है यह एक चिपचिपा और दानेदार पदार्थ है।

यह चार प्रकार के पदार्थी के संयोग से बनता है।

(१) कार्यन (२) हाइड्रोजन (३) ऑक्सिजन थीर (४) नाइट्रोजन पर थमी तक इस बात का पता नहीं चला है कि ये चारों पदार्थ कितनी २ मात्रा में मिलाने से "कलजरस" बनता है। इस प्रकार नास्तिकवाद का समर्थन करके मी ये थपने विषय को पूर्ण नहीं कर सके हैं। इसी मत का मानने चाला प्रसिद्ध तत्व शानी हैफल भी है।

ब्यूटे-यह तत्य शानी जर्मनी के अन्तर्गत हुझा है। इस तत्व बेता ने सृष्टि के प्राथमिक साहत का अध्ययन करने के पश्चात् भौतिकवाद का पूरा समर्थन किया था। इसने निर्द्धन्त होफर कहा था कि बत्यत अनुमय के सिवा कोई गी यात प्रहण करना मूर्जता है। पर जय उसका हान ग्राधिक विकसित हुआ और मन, मुद्धि और प्राणको क्रियाओं का उसे अनुमव होने लगा तय उसे अपने क्षित्रान्त पर समीद होने लगा। उसने इस प्रश्न को भीतिक शास्त्र के ब्रारा दल करने का तीस वर्ष तक प्रयदा किया। पर जय कुछ भी समाधान न ही सका तय उसने भौतिक शास का आएप व स्पीकार किया और अपने पूर्ण सिद्धान्तों को पूर्वायस्था में किया हुआ पाप उद्दराया। उसने कहा कि जान के श्रेष्टो करण में कृत आह येसा भी है जो अतीत्रिय है। और जिसके आतने में भीतिक साम दिन्हां ससमर्थ है।

दरफ़न मीला

सर श्रोलिहर लॉज -प्रसिद्ध तत्व हानी श्रोलिहर लॉज भी यहले अनात्मवादी थे। लेकिन दीर्घ अध्ययन पश्चात उन्होंने भी यही पात कही--

But it is so be suppased that the complex aggregate of atoms generated the liks and mind in the protoplasm. That is the socalleb mastri alistic view but o me it seems an erroncous one

and it is cretainly one that is not proven. Sir Oliver Lodge's

Life and Matter.

व्यर्णम् भौतिक शास्त्र पादियों का यह कथन है कि केवल अनेक परमाणधीं के संयोग ही से प्राण उत्पन्न होते हैं। पर मेरी पृद्धि इस मत को सम पूर्ण मानती है। मधीन करने पर यह पात (प्राणीत्वित) असाध्य टहर घुकी है।

पाँचवा श्रद्याय अश्रि: ४३४ २०५४

रात्रि में पमकते हुप बसंबय तारामार्घों को, द्विकी हिंदी पान्दर्भा को, बीर दिन में उदित सूच्ये को देस कर म लोगों इदप बानन्द से मजुसित नहीं हो जाता। महति ने हें के सिप वितनी सुन्दर देने रक्ती हैं।

र्नको देश कर जहाँ हमें आनन्द होता है वहाँ के सब भी होता है। ये छव क्या है ! यहाँ के कितनी टूर है भूगोल बातें जानने थी हमारी स्वामायिक उत्करटा होती है!

वातं जानने वी दूमारी स्वामायिक उत्तरका होती हैं। हमारी इसी उत्तरका को पूर्व करता है। भूगोल के मत से यह सारी पूर्व्य करता है। भूगोल के मत से यह सारी पूर्व्य कर के का तर भी हसके गोल सिक करने के कर हर मागल मा है। इसके मौति वन्द्रमा भी एक गोला है। इसका व्यास २६०३ मी ही। वन्द्रमा भी एक गोला है। इसका व्यास २६०३ मी हो। हमारी पूर्व्य से यह २६०००० भील हुए है। पूर्व्य हमारी हमारी पूर्व्य से परिक्रमा करता है और सहभा मा गोला पूर्व्य के परिक्रमा करता है। यह पूर्व्य हमारी हो चन्द्रमा को अपने एक प्रमण में २० दिन म को लगते पर चृत्रिक पूर्व्य भी चलती है इसलिए चन्द्रमा को उत्तरे प्रमण में २६ दिन के लगभग लग जाते हैं। इसी हते हैं। सास कहते हैं।

ग्रहण

यह हम पहले लिख झाये हैं कि चन्द्रमा पृथ्वी की और पृथ्वी सूर्य्य की परिक्रमा करती है। इस परिक्रमा में कभी व पेसी दशा हो जाती है कि:-

(१) सूर्य और चन्द्रमा के बीच में पृथ्वी आ जाती है-

स्रथवा । (२) पृथ्वी श्रीर स्थ्वें के बीच में चन्द्रमा शा जाता है। पहली दशा में चन्द्रमहण श्रीर दूसरी स्थिति में स्थ्वे

ग्रहण होता है। ज्वार भाटा

ज्यार भाटे का मूल कारण चन्द्रमाहै श्रीर थोड़ासा दखल सूर्य्य का भी है।

"ज्वार" और भाटा ये दो अलग २ शब्द हैं। समुद्र में असाधारण पानी के चढ़ाय को ज्यार और उतार को भाटा कारते हैं। ब्रत्येक दिन रात में समुद्र में दो बार ज्यार और भाटा द्याता है। पूर्णिमा और समायस्या के दिन इसका यहा जोर रहता है। ज्यों २ यह तिथियाँ दूर होती हैं त्यों २ ज्यार

मादे का जोर कम होता है। इस ज्वार भाटे का मूल कारण श्राकर्षण शक्ति है। सूर्य

प्रध्यों से बहुत दूर है अतएव उसका आकर्षण पृथ्वी पर बहुत कम असर करता है। पर चन्द्रमा नजदीक होने से उस का आकर्षण बहुत अधिक असर करता है। पृथ्वी के परमाल तो चिपके दुप रहते हैं अतः ये तो उधर को जा नहीं सकते। पर जल के परमाणु अलग होने से आकर्षण शक्ति के प्रभाव से दीड़ते हैं। यस यही ज्यार है और इसके उतार ही को

भारा कहते हैं।

बहुपुत्र—मान सरोवर से निकल कर, श्रासाम, यंगाल श्रादि प्रान्तों में बहुती हुई यंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नमंदा-श्रमर कंटक पर्वत से निकल कर श्राय समुद्र में गिरती है।

ताहा — सतपुड़ा से निकल कर अरथ समुद्र में गिरती है। गोदावरी – पश्चिमी घाट से निकल कर यंगाल की खाड़ी में गिरती है।

कृषा-गोदावरी की सहायक नदी है।

चमक-एसलपुर (इन्दौर) के पास से निकल कर यमुना निरुती है।

खतलज, न्यास, रायो, चिनाव, और फेलम पुजाव में, वेतवा, काली लिप मध्यभारत में, घाषरा, गोमती, रामगङ्गा, राप्ती, सोन, केन, काली नदी खादि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कंनिरी देखिण में और रंगवती प्रह्मा में हैं।

कावरा दाक्षण में आर रेपाना प्रकार में हैं। श्लीड—मान सरीवर हिमाख्य में, उत्तर उत्तर कारमीर में, सांभर राजपूनाने में, पुलक्तिड कर्नाटक में, विस्का उड़िसा में,

कालर उत्तरी धर्काट में श्रीर लुनार बरार में है। आपहवा—आबहुया के लिहाज से यह देश गर्म देशों में

आपदा---आवधा के लिहाज से यह देश गमें देशों में गिना जाता है। पर यहाँ पर हर मकार की स्नायहवा पाई जाती है। परंडों पर सह, निदेषों के किनारे गमें, श्रीर समुद्र के नजदीक मातदिल स्नायहवा है।

मुख्य पत्तायाती. चायल, गेहुँ, जी, मन्ता, तिल, हई, सन, चाय, द्रायीम, सिनवोना, नील, रेग्रम, सीन, रलायची, काली मिज, आदि यहाँ को पैदायार है। साम और फल मी यहाँ बहुतायत से दोते हैं।

क्षानित्र पदार्थे—हीरा, सोना, टीन, लौहा, कोवला, मैगनीज,

Bun wy Common Co

विषय का विस्तृत विवेधन किसी मौगोलिक प्रव ्षाहिए । इस बोटीसी पुस्तक में इसका स्वीक ृहीं किया जा सकता । ह्या हुए सी प्रवास स्वीक

हिन्दुस्थान की सीमा
िरमालय पर्वत की खेली है जो भारतवर्ष को
ित) से अलग करती है।
—चीन को कुछ हिस्सा और बहाल की बाड़ी है।
—िरिन्दुकुरा पर्वत, अरससमुद्र सुलेमान पहाड़
हिस्सान है।

विस्तार का विस्तार काशमीर से लेकर कन्याकुमारी तक होर चौड़ाई बिलुचीस्थान से लेकर पूर्वी बर्मा

ीर चीड़ाई बिलुचीस्थान से लेकर पूर्व बर्मा इसका चेत्रफल १= लाख २ इज़ार मील के

हिन्दुस्थान की बड़ी २ निर्देशों हिमालय पर्यंत से निकल कर, तिक्वत, कास्त्रीर यों में बहती हुई अरब समुद्र में निरती है। 500 मील है। यह सब से बड़ी नहीं है। मालय के नहींची नामक स्थान से निकल बिहार आदि प्रास्त्रों में सम्बद्धी को

मालय के गड़ीको नामक स्थान से निश्चा विदार कादि मानतों में बदती हुई गड़ाक की 1 इसकी सनाई १५२० मीस दें। यह नहीं ज़्यीय समझी मानी हैं। ज़्यीय समझी मानी हैं। मोनी (दिनाक्षम) के विकास कर समझड़ है ग्रानिस हो साती हैं।

बद्धपुत्र-मान सरोवर से निकल कर, द्यासाम, वंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है।

नर्मता-श्रमर कंटक पर्वत से निकल कर श्ररव समन में गिरती है।

ताती-सतपुड़ा से निकल कर अरय समुद्र में गिरती है। गोदावरी-पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाड़ी में गिरती है ।

कृष्ण-गोदावरी की सहायक नदी है।

चन्छ-एसलपुर (इन्दौर) के पास से निकल कर यमुना गिरती है।

सतलज, व्यास, रायो, चिनाय, श्रीर भेलम पञ्जाय में. वेतवा, काली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगृहा, राप्ती. स्रोन, केन, काली नदी खादि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, कांचेरी दक्षिण में और रेरावती ब्रह्मा में हैं।

बीछ-मान सरोवर दिमालय में, उत्तर उत्तर काश्मीर में. सांभर राजपूताने में, पुलिकट कर्नाटक में, चिल्का उडिसा में. कालर उत्तरी अर्काट में और लुनार बरार में है।

आवहवा-साबहवा के लिहाज से यह देश गर्म देशों में

गिना जाता है। पर यहाँ पर हर प्रकार की आयहवा पार्ट जाती है। पर्वती पर सर्व, निवया के किनारे गर्म, श्रीर समुद्र के नजदीक मातदिल घापहपा है।

मुख्य पदावारी-चायल, गेहूँ, जी, गन्ता, तिल, खाँ, सन. चाय, अप्तीम, सिनकोना, मील, रेशम, लीन, इलायची, काली मिनं, बादि पहाँ की पेदाबार है। साम और फल भी यहाँ बहुतायत से दोते हैं। क्षान्त्र पदार्थ-हीरा, स्रोना, टीन, लौहा, कीवला, मॅगनीज.

दरफ़न मौटा इस विषय का विस्तृत विवेचन किसी भौगोलिक ह

में देखना चाहिए। इस छोटीसी पुस्तक में इसका अधि विवेचन नहीं किया जा सकता।

हिन्दुस्थान की सीमा उत्तर में-हिमालय पर्वत की श्रेणी है जो भारतवर्ष ह तिन्वत (चीन) से अलग करती है।

पूर्व में—चीन का कुछ हिस्सा और बङ्गाल की लाड़ी है। दक्षिण में-हिन्द महासागर है। पश्चिम मॅ—हिन्दुकुरा पर्वत, अरवसमुद्र सुलेमान पहा और विलोचीस्थान है।

विस्तार इस देश का विस्तार काश्मीर से लेकर कन्याकुमारी तक २००० मील श्रीर चौड़ाई विलुचीस्थान से लेकर पूर्वी वर्मा

तक २५०० है। इसका चेत्रफल १= लाख २ हज़ार मील के करीव है ।

हिन्दुस्थान की बड़ी २ नदियां सिंध नदी – हिमालय पर्यंत से निकल कर,तिब्यत,कारमीर पञ्जाब स्नादि प्रान्तों में बहती हुई स्नरव समुद्र में गिरती है।

इसको लम्याई १६०० मील है। यह सब से बड़ी नदी है। गद्रा नदी—हिमालय के गङ्गोत्री नामक स्थान से निकल कर, संयुक्त देश, विहार श्रादि मान्तों में बहती हुई यहाल की

खाड़ी में गिरती है। इसकी लम्बाई १५२० मील है। यह नदी हिंदुओं की परम पूजनीय समसी जाती है। वमना नदी-यम्नोत्री (हिमालय) से निकल कर झलाहा

बाद के पास गङ्गा में शामिल हो जाती है।

म्बरुप्त्र—मान सरोधर से निकल कर, ग्रासाम, यंगाल आदि प्रान्तों में बहती हुई बंगाल की खाड़ी में गिरती है। नमंदा-श्रमर कंटक पर्वत से निकल कर श्ररथ समुद्र मे

गिरती है।

ताती- सतपुड़ा से निकल कर अरय समुद्र में गिरती है। गोदावरी - पश्चिमी घाट से निकल कर बंगाल की खाडी में गिरती है।

कृष्ण--गोदावरी की सद्दायक नदी है।

रूपाल — इसलपुर (इन्दौर) के पास से निकल कर यसुना गिरती है।

सतलज, ब्यास, रावी, चिनाय, श्रीर भेलम प्रजाय में. वेतवा, फाली सिंध मध्यभारत में, घाघरा, गोमती, रामगङ्गा, राती, सोन, केन. कालो नदी आदि संयुक्त प्रदेश में, महानदी, फांचेरी दक्तिण में और ईरावती ब्रह्मा में हैं।

सीड— ः काश्मोर में. सांभर राज . . । उड़िसा में कालर उत्तरी सर्काट में भीर लुनार बरार में है।

आवहवा-माबह्या के लिहाज से यह देश गर्म देशों में भिना जाता है। पर यहाँ पर हर मकार की आवहवा पार्ट जाती है। पर्यतौ पर सर्व, निवयौ के किनारे गर्म, और समुद्र

के नजदीक मातदिल द्यायहवा है। मुख्य पंदाबारी-चायल, गंहूं, जी, गन्ना, तिल, वर्द, सन. चाय, अप्रीम, सिनकोना, नील, देशम, लीग, रलायची, काली मिर्च, बादि पहाँ को पेदापार है। साम और फल भी यहाँ बहतायत से होते हैं।

स्तरित्र परार्थ-हीरा, छोना, टीन, लॉहा, कोयला, मॅगनीज,

धरफन मील

·संगमरमर, नमक, मिट्टी का तेल, तांबा, सीसा खाने हैं।

प्रेलवे—हिन्दुस्थान में मुख्य २ रेलवे लाईन ईस्ट इण्डियन रेखवे--(E, I. R.) इसकी मु कचा से कालका तक गई है। इस लाईन पर ·हवड़ा, वर्द्धमान, पटना, इलाहावाद, कानपूर, गढ़, गाज़िया बाद, दिल्ली, श्रम्बाला स्नादि हैं।

इसकी और भी छोटी छोटी शाखाएँ हैं ।

अवध रुहेलखंड रेळवे--(O. R. R.) मुगलसर पुर तक जाती है। इस लाईन पर मुख्य मुख्य रायबरेली, लखनऊ, हरदोई, बरेली मुरादावा इसकी भी कई शाखाएँ हैं।

नार्थ वेस्टर्न रेखवे--(N. W. R.) यह लाईन

लाहीर और पेशावर तक गई है। इसके किनारे ! मेरठ, सहारनपुर, अमृतसर, लाहीर मुल्तान, पेश श्रादि हैं। इसकी श्रीर भी शाजाएँ हैं।

प्रेट इण्डियन पेनिनसुला रेखवे---(G. I. P.) 🛚 लाईन कोई नहीं है। तीन चार घडी रशाखायँ हैं।। बम्बई मनमाड, खँडवा, भोपाल, उज्जैन, दिल्ली आर

बम्बई बरोदा व सेन्ट्रल इण्डिया रेखवे—धम्बई से जाती है। यह बड़ी लाईन है। इसकी छोटी लाईन शहमदावाद से दिल्ली को जाती है। इसके किनारे कर्वा, पड़ोदा, स्रत, गोदा, रतलाम, भवानीगंज, क भजमेर, जयपुर, भ्रहमदायाद आदि हैं। मत-पाती हिन्दुस्पान में सेकड़ों पंप भीर मत म

पर मुख्य ये हैं, हिन्दू, बीज, जैन, सिख मुसलमान,

रसार माहि।

हिनुभों के प्रसिद्ध तीर्थ स्वान-यनारख, इलाहाबाद, अयो-प्या, चित्रकूट, इरिद्वार, बद्रोनाय, केदारनाय, ह्रपीकेश, मधुरा, पुनाबन, विन्धाचल, गया, जगमाय पुरी, वेजनाथ, कुदलेंज, नगरकोट, पुष्कर, द्वारका, नासिक, गिरनार, रामेश्वर, फांची-नरम, मनुरा, उड़ीन, धादि हैं।

र्वनियों के प्राप्तक तार्थ स्थान-सम्मेद शिखर, तिरनार, खम्पा पुरो, यांपापुरो, केलाय, यारू, जेननही, मूलनही, यनारस, चन्द्रपुरो, गारताथ, सिद्धवर फूंट, मक्शी पार्धनाय, महाबीर जां, रियमदेव जी, आदि हैं।

क्यं दुवने के कारवाने -फलकत्ता, यम्बर्ट, महास, कनानीट, इन्दोर, श्रहमदावाद, भडोच, व्यापर, नागपुर, कानपुर, धारा-याल बनारम आबि है।

हांतर किं-कलकता, महाम, बम्बरे, प्रलाहाबाद, देहली बागरा, भरतपुर, मुलतान, चितीझ, बदक, स्वालियर, जेपूर, धुनार भादि है।

प्रसिद्ध घटर मय प्रसिद्धि के

enem-भारतथर्षे का शब से बड़ा मगर है। यहाँ कालो देशी का मिलक मिन्दर है। विम्यविद्यालय, बाजायबयर, टक्ट-शाल शारेकोर्ड काहि हेलने सायक स्वान है, यह प्रदानों का बड़ा करेंछन है। बाहर से बहुत माल यहाँ काता है। यहाँ कातक के बातज के कारवाने ना है।

श्रीमहाबार-शापी दांत पर बद्याद्वा ब्या ब्यास ब्याद देखाती

evel & tad utou & 1

संगमरमर, गमक, मिट्टी का तेल,तांवा, खीला, गंघक आ खाने हैं।

श्रेष्ट्रे—दिन्युस्थान में मुक्य २ रेलवे लार्रन निमाहित र्रंग्ट रन्द्रियन रेबवे—(B. I. IL) इसकी मुख्य लार्रन ' फचा से कालका तक गर्द है। इस लार्रन पर मुख्य स्टे

फर्चा से कालका तक गई है। इस लाईन पर मुख्य स्ट इपड़ा, वर्जमान, पटना, इलाहाशन, कानपुर, इटाना, श गड़, गाज़िया पान, दिलो, अम्याला खादि हैं।

इसकी भीर भी छोटी छोटी शाजाएँ हैं ।

भवप रहेक्यंत्र रेखने—(O. R. R.) मुगलसराय से सहा पुर तक जाता है। इस लाहिन पर मुख्य मुख्य शहर्यनार रायपरेली, लाजनऊ, हरदोई, यरेली मुरादायाद आदि है इसकी भी कई शालाएँ हैं।

नार्थ वेस्टर्न रेडवे—(N. W. R.) यह लाति देहली रे लाहीर और पेशावर तक गई है। इसके किनारे मुख्य शहरू— मेरड, सहारतपुर, अमृतसर, लाहीर मुख्तान, पेशावर, करार्च स्नादि हैं। इसकी और भी शालाएँ हैं।

प्रेट हण्डियन पेनिनसुका रेक्वे—(G. I. P.) इसकी सम्बी स्वार्दन फोर्र नहीं है। तीन चार यड़ी श्शाखाएँ हैं। इसके किनारें सम्बर्द मनमाड़, खँडवा, भोपाल, उज्ज्ञेन, दिश्ली आग्रा आवि हैं।

यन्तर्व बरोदा व सेन्द्रव इण्डिया रेख्वे—यन्तर्व से दिल्ली तक जाती है। यद वड़ी लाईन है। इसकी छोटी लाईन भी है जो अहम्मदावाद से दिल्ली को जाती है। इसके किनारे वाले ग्रहर युन्दर्व, वड़ीदा, खुरत, गोदा, रतलाम, भवानीमंज, कोटा, मधुरा अज़मेर, जयपुर, अहमदावाद आहि हैं।

मत-यातो हिन्दुस्थान में सैकड़ों पंथ और मत मतान्तर हैं

पर मुख्य ये हैं, हिन्दू, बीज, जैन, सिख मुसलमान, इसाई सादि।

हिन्दुभों के प्रसिद्ध तीर्थ स्थान-चनारस, इलाहाबाद, अयो-प्या, चित्रकुट,हरिद्वार, बद्दीनाथ, केदारनाथ, हपीकेश, मधुरा, चुनावन, विन्ध्याचल, गया, जगन्नाथ पुरी, वैजनाथ, कुमसेन्न, नगरकोट, पुष्कर, द्वारका, नासिक, गिरनार, रामेश्वर, कांची-नरम, मदूरा, उज्जीन, खादि हैं।

विनियों के प्रसिद्ध बीर्थ स्थान-सम्मेद शिखर, गिरनार, चम्पा पुरी, पांवापुरी, फैलाल, चार्, जैननद्री, मूलनद्री, पनारस, चन्द्रपुरी, सारताथ, सिद्धवर फूंट, मक्सी पार्थ्वताय, महापीर

जी, रिपमदेष जी, बादि हैं। कार वनने के कारवाने -फलकत्ता, वस्वई, मदास, कनानीर,

इन्दीर, ब्रहमदाबाद, भडोंच, ध्यावर, नागपुर, कानपुर, धारी-याल यनारस आदि है।

प्रसिद्ध क्रिके-फलफत्ता, मद्रास, बम्बई, खलाहाबाद, देहली भागरा, भरतपुर, मुलजान, चितीड़, घटक, ग्वालिवर, जेपुर, चुनार स्नादि हैं।

प्रसिद्ध शहर मय प्रसिद्धि के

क्लक्का-भारतपर्यं का सब से बड़ा नगर है। यहां काली वेपी का प्रसिद्ध मन्दिर है। विश्वविद्यालय, श्वजायवधर, दक्क-शाल दारेकोर्ट बादि देखने लायक स्वान हैं, यह बहाओं का पड़ा स्टेशन है। बाहर से बहुन माल यहाँ आता है। यहाँ कागन के कागज के कारणाने भी हैं।

गुर्तिरावार-हाथी दांत पर नदाशी का काम और रेशमी कपड़ी के लिये मिलज है।

पटना—गंगा के किनारे हैं। पुराने समय में मौर्य यंग्र श्रे गुप्तवंश की राजधानी था।यहा नील झौर शोरेका यहुतस्यप होता है।

गवा-पह हिन्दू और बौद्धों का तीर्थ स्थान है। यहाँ बौ गया का मन्दिरहै। उसमें की मुर्ति बड़ी ही अच्छेदेखने लायक

अञ्चाहाबाद---गंगा य यहना नदियों के संगम पर यह हुआ है। यह हिन्दुओं का मस्तिद्ध तीर्थ स्थान है। स्वक दूसरा नाम प्रयाग भी है। यहाँ हर १२ साल में एक पहुर बड़ा मेला पड़ता है। यहाँ किला अशोक स्तंम, युनिक्रसिर्ट

मेयोहाल द्यादि दर्शनीय वस्तुएँ हैं। कानउर—गंगा के किनारे है। चमड़ा चीनी, ग्रीर कपड़े के के कारखाने हैं। ग्रनाज को बड़ी मन्डी है। मेमोरियल देखने

लायक है। यहां ऊनी कपड़े का कारखाना है।

यनास्त—इसका वृसरा नाम काशी है। दिन्दुओं का प्रसिख सीर्ध स्थान है। रेयमी साझी, डुपट्टे, जीमजाय, तांवे पीतल के बर्तन बहुत प्रसिद्ध है। यह संस्कृत विद्या का केन्द्र स्थान है। हिन्दुविश्वविद्यालय देजने लायक है।

हांता—यहां के ऊनी गलीचे बहुत मग्रहर हैं। देहराहून—यहां के जांचल और जाय बहुत मग्रहर है। जन-लात का कालेज और फीजी कालेज मग्रहर हैं। यही से मन्त्री जाने का रास्ता है।

अर्थागद्र—यहाँ ताले अन्द्रे वनते हैं। यह मुसलिम युनिः वर्सिटी के लिये मशहूर है।

मुत्तरावाद--रामगंगा के किनारे पर यसा हुआ है। यहां नकाशो और कलई यहुन अच्छी होती है।

उत्तर-नवारों के समय में भवध की राजधानी थी।

वर्षं पर गोट, चिकन का काम अच्या होता है। छत्र मजिल मेरिकत कॉलेज, युनिवर्सिटी, इसामवाड़े प्रयम् भूल भूलेयाँ रेपने वाय है।

लांग-रायो नदी पर यसा हुझा है। यहाँ युनिवर्सिटी के बहुत से कालेज हैं। मेडिकल कालेज, रेल्व पकेशाप महाराज प्युजीत सिंह का मकदरा, और हाहिकोर्ट आदि देखने लायक हैं।

अपनवर-सिक्त्रों का तीर्थे स्थान है। यहाँ के दुशाले और गतांचे बहुन मशहर है। सोने का मन्दिर देखने लायक बना है

गक्त विशे -- पत्राव की बड़ी छापनी है। यहाँ मेवे और इनी कपड़े की बहुत निजारन होती है। पास्मीर जाने का हाला पहाँ से हैं।

नागर-आबीन समय में बीसता की राजधानी थी। बहुर स्वामान्त्र, क्यान है। यह के करही कि बारफान हैं। यहाँ के सम्बद्ध सहुत भग्रहर है।

अवनपुर-स्वापारिक व्याव है। स्वामरघर को कोंग्रे बच्ची बनती है। शांधे कीर विद्वा के बर्तन के बर्द कारणाने है।

बन्दे-पद दिश्वभाव का शवसे बड़ा कीर ब्यापारिक बन्दश्याद है। बड़ी देखे बड़ाज, पुविधाराडी, ताक्रवहक होडल, काहि देखने बाग्य हैं। विशासन अबि का रास्ता दही से हैं। हिन्दुस्थान भर में सबसे सुन्दर शहर है। यहाँ समुद्र के किनारे चौपाटी का हश्य बड़ा ही सुन्दर है।

अहमदायाद—यहाँ पर कई, रेशम और चमड़े के कारवाने हैं। इरिडयन नेशनल कांग्रेस का श्र्था वार्षिकोस्तव यहाँ पर इया था। इस उस्तव के यरावर असी तक कोई कांग्रेस नहीं हुई। महासमागंथीजी का सत्यामहश्राक्षम यहाँ से कुछ इर पर सावरमती नामक स्थान में हैं।

भवांच—कपड़े के चहुत कारखाने हैं। नर्भवा नदी पर प्रसिद्ध बन्दर साह है। पत्न—यहाँ की श्राय हवा श्रव्ही है। यहाँ फर्म्सन

कालेज देखने योग्य है।

मदास-हिन्दुस्थान में तीसरे नम्बर का शहर है। यहाँ जहाजी व्यापार बहुत होता है। यहाँ से ठई, कहवा, चमड़ा, चाय, चायल, मसाले क्षम्य देशों को जाते हैं। यहाँ का किला,

हाइकोर्ट, तथा युनीवर्सिटी देखने लायक है। द्रवनकोर—मलाबार किनारे पर स्थित है। पानी यहुत वरसता है। चावल, नारियल, मसाले, आवनूस बहुतावत से होते हैं।

अजमेर—आचीन समय में पृथ्वीराज की राजधानी थी। यहाँ राजाओं के लड़कों के लिये कालेज है। क्याजासाहब की दरगाह देखने कायफ है। यहाँ याहजहाँ वादगाह के बनाप हुए कई मकान दें। दार्र दिन का भोपड़ा और आनासाग्र भी देखने लायक है।

धीनगर—(काश्मीर) फेलम नदी के किनारे पर स्थित है। यहाँ का प्राकृतिक इस्य देखने योग्य है। लोग इसे द्विन्दुस्थान का स्वर्ग भी कहते हैं। यहाँ ऊनी कपड़े, कालीन और ग्राब झन्ले होते हैं। ब्यंत-न्यह बड़ीबा स्टेट की राजधानी है। यहाँ पर महापत्र के बनार हुए महल सीने, चौदी की तीप, और बंद्रब सायमेरी आदि स्थान देखने सायक हैं। यहाँ की एउडे बहुन ग्रन्दी हैं।

र्थप्र-पर्दो धन्दन की लकड़ी प भाषनूस का काम भप्दा होता है।

धंगक्षा--- ब्राच्या स्वापारक नगर है। यहाँ उन्नीय स्ती वपदों के वारकार्न हैं। यहाँ की आवहपा छय रोगियों के जिए अवसी है।

जनपुर---वहून गुन्दर गृहर है। यहाँ संगमरमर श्रीर पातल का काम बहुत कान्द्रा होता है। यहाँ का ह्या महल, रामितास बाग, कामवयर साहि देखने योग्य हैं। यहाँ का माहितक शीन भी बहुत कान्द्रा है। कलाकर, मृंड, पोतल के बनेत साहि माहर हैं।

बाबांबर-साख पाधर का बहुत श्रद्धा किला बना हुझाहै। अस्तप्रस-पद्यों का किला जी बहुत महतूर है।

उर्द्या-पद एक अधिक वीतहासिक रहात है। वास हो हर्द्यायारी में भद्राराणा मताव कोट करकर को सहारे हुई थी। वहीं भद्राराणाओं के बनावे हुवे महत्व भीत के किनार बहुत करने को देश बड़ी का जानमिन्द जारिसास अन्य साम, काहि कर भारत सामव देखने सावक है। आह तिक दश्य भी दर्शनीय है।

क्षित्र-पर्दे का किया हिन्दुश्यान के सर्वाहन्ते से बच्चा नवा दुका है। यह प्रतिदाशिक श्यान है। बच्चार ने इस हिन्हें से क्षित्र करावरण क्ष्यान से को दुझ किये थे। परने बद् राणाओं की राजधानी थी। महाराणी पद्मिनी जो इतिहास मसिद्ध हैं यहीं की थी। ग्वाब्टियर—सिधिया महाराज की राजधानी है। ब्यापारि

स्थान है। यहाँ का पुराना किला मशहूर है।

उज्जैन—यह यह त प्राचीन नगर है। हिन्दुर्धों का ती

स्थान है। यहाँ भर्नुहरि की गुफा देखने लायक है।

इन्दौर---होल्कर महाराज की राजधानी है। ब्यापार ह मुख्य स्थान है। यहाँ की रौनक देखते ही बनती हैं। यह

डेली कालेज, होलकर कालेज, किश्चियन कालेज, शिवाजी रा

हाई स्कूल, जैन हाई स्कूल, लालवाग, हवाई महल, राजमहत घंटाघर, महल बाड़ा आदि देखने लायक है। यहाँ कपड़े बुनने के

' है मिह्स हैं यहाँ से पास ही राऊ में एक ग्लास का कारखाना है। भोपाल-मुखलमानी राज्य है यहाँ का राज्य यहाँ की रानी

साह्या करती हैं। यहाँ पर बहुत बड़ा तालव है जो देखने लायक है।

पन्न-यहाँ हीरे और पन्ने की खाने हैं।

्र<u>क्ष</u> वठा ग्रध्याय क्रिट्र

इतिहास

र्भिमान क्षीर देश की उपनि के लिय साहित्य में जिन २ साओं की बायश्यकना होती है हितहास भी उनमें से स्कारमान साहत है। दिना भूनकाल का मदारा पर्यान पर पड़े प्रवान मत्त्री है। स्वन पारतिय कार्यों है। स्वन पारतिय कार्यों के साहते में साहत्य है। स्वन के हारा भूनकालिक जातियों बाज जातिन या बायबानित होती थी। इस बात के विना दमारा मार्ग मकारा मान नहीं हो सकता। इस लोग सपने मार्ग को तब तक परहरू रहित नहीं बता एका स्वन के बता के हित से पूर्व में के मानुनयों से शिक्ष वहां ने स्वर स्वन स्वतं अस्त नक्ष के स्वान स

बहुत न बराने । इतिहास इस्ते कमा को पूरो करता है, यह हुनारे पूर्व बर के कानुभव हमें बतलाना है। यह विकक्षी के कानस की तरह

हें अनुसार हमें यतलाता है। यह विश्वसी के आहब्द की तरह शुरकात का प्रधास पत्तिभाव कात पर शावना है। यह न्तुन-वालिक आर्थितों के उत्थास कोर पनक का हवह जिल्ह हमारे राश्कृत रख होगा है, जिसको कंप्ययन हम यत्त्रीज स्माज वी उत्थान कोर प्रधान के तत्त्री का शाव सहज हो में हान्तिज्ञ वह रक्षान है

बारन्य में हेला जाव तो हरिहास से मतुष्य जानि हा बहुत युद्ध वयकार सम्प्रक होता है। हरिहास महुष्य जानि के 149 हुए रहरूमों की मध्य करने का यक क्रमीर सहस्व है।

प्राचीन काल में जय मानवीय सम्यत् का पूर्ण विकास
नहीं हुआ था इतिहास लिखने की प्रथा ने थी। भारतवर्ष में
भी पुराण प्रथा तो यहुत प्राचीन काल से भी। इस पढ़ित के
दिवास लिखने की प्रथा यहाँ पर भी न है। इस पढ़ित के
दिवास लिखने की प्रथा यहाँ पर भी न है। इस पढ़ित का
प्रया पुरस्कतां यूनानी पिद्रान "हिरोडार" चाहिए कि सद,
यहाँ पर इस पात का खयाल रखन
तिथ्यों और नामों का ग्रान करा हेने से प्रथा प्रशेविक नाइट्स का तरह किस्से सुना हेने ही है। प्राचीन इतिहास
नाइट्स का तरह किससे सुना हो जिनके फ़ेर में पड़
की उन परिस्थितियों की खोज करता है प्रथ हो जाते हैं।
कर जातियाँ गुलाम हो जातीं हैं, सभाज न
विवार जाते हैं।
सिहासन उलट जाते हैं और साप्राज्य
वास्तविक इतिहास बद्दी हैं जिसके प्रत्यां समाज ग्राक,
मानसशास और राजनीति शास का निवार,
भारतीय इतिहास का अध्यय
न

भारतीय इतिहास का अध्यय तवर्ष का इति भारतीय इतिहास का अध्ययन ने निरन्तर की गम्भीर खोज के पश्चात् भार हो। शारम्भ ही किरन्तर की गम्भीर खोज के पश्चात् भार है। शारम्भ ही में हम यहाँ की सामाजिक ज्यवस्था को विगा है है देवते हैं उद्ध और महावीर के पहले यहाँ पर शाहत्व ज्यां में वड़ा तह लका मचा दिया था। खार्थ के वश्चीभूत होकर ज्यां में ममानी ज्या था। खार्थ के वश्चीभूत होकर के लक उत्था के लक्ष्य है। यहाँ के क्षिकार पेरी तक उत्था दिये थे। यहाँ के क्षिकार पेरी तक उत्था दिये थे। यहाँ के कि ति हमें के से धे। यह की सुन लेता तो उसके कार्नी में कीले डॉक दिये जार पेरी तक कि यहि कोई शाह भूत से भी धे। यह की सुन लेता तो उसके कार्नी में कीले डॉक दिये जार है। यह की पवित्र वेदी निरपरांध पश्चमों के खून से लाल कार्य है। उत्यो सी अत्येक यह में हजारी पश्च तलवार के पाट से उतार दिये जाते थे ।

विहास बहुता है कि समाज के अन्दर जब ऐसी अधहुर रिपित झाती है तब उस स्थिति का प्रतिरोध करने के लिये मगर्प दिसी अवर्रस्त कान्ति का उदय होता है।

एपीनियमानुसार आगे जाकर हमें इस अत्याचार के विरुद्ध हो जयर्रहत मान्तियाँ उठती हुई देख पड़ती हैं। पहली बीद पर्म की और कुसरी जनपर्माकी। इन दोनी मान्तियों के नेता पुत्र और महायोर इन ऋत्याचारों के विशव जोरदार भाषात्र उठाते हैं। इस नांकीसी चोट से समाज चौकता है. माझणों के मत्याचार बन्द होकर माझण धर्म्म का छोप होने खनता है और उसके बान में बीज और जैन दोनों शन्तिविय धमी का उदय दोता है।

पित भी देश की राजनेतिक स्थिति में विशेष अन्तर नहीं काता । यही विकटे हुए होटे होटे राज्य स्थान २ पर मिलते है। यह इनने ही में कुद्दत के कानून से यक विशेष घटना घरता है। मगध का राजा मन्द्र धर्म दासी पुत्र चन्द्रगुप्तक की विकास देना है। यह चन्त्रमुत्र जावर दृष्टिस ब्राह्मण बाएक्स की शहायता सेता है। यह प्राह्मण अपनी बुटिल नीति द बल के महानम्ब को अमूल नष्ट कर देता है और आव्य के चेर से बरी धन्त्रमा भाग के राजसिंदासन पर छाडड Eini & I

भारत के राजनीतिक रहमध्य का एक सीन बदसता है। यह (onen) seift am Cen era Cum & miere veie veie

⁻ सबका के संस के एक दुवा है। के करदूर हरायुक्त बहु 41, 474 8 44 8 MARK & 1 (8 4) 414 MARC & 42 1221

कभी नहीं देखाधा। यह भारत को एक छत्री साम्राज्य के नीचे एक राष्ट्र के रूप में वेखता है। चन्द्रगुप्त ने अपने और बान एक्य के युद्धियल से साम्राज्यमें पहुत शीम भारत के मधिकांग मार्गो को मिला लिया। श्रीर सारे साम्राज्य की पेसी सुन्दर व्ययस्था कर वी कि जिसकी प्रशंसा झाजकलके बड़ेरराजनी-तिज्ञ भी करते हैं। उस समय खुफियाविमान, सेनाविभाग, नगर प्रचन्ध विभाग, छवि विभाग, स्नावकारी विभाग, न्याय विभाग यादि भिन्न भिन्न विभागों की ब्यवस्था कितनी उन्नतिशीत श्रीर सुन्दर थी यह यात फौटिल्य छत श्रर्थशास्त्र पढ़ने से मालूम होती है। रेल और वार के न होते हुए भी गिरनार पर्वत पर सुदर्शन नामक भील साम्राज्य के प्रवन्ध से वन्धती है यह क्या कम श्राक्षव्यं की वात है! यह काल भारतवर्ष की उन्नति का था। इसी काल में विजयी सिकन्दर का गर्वित सेनापति सेल्यूकस चन्द्रगुप्त को पराजित करने श्राता है पर भारतीय लोहे की चोड से नत मस्तक होकर अपनी श्रिय कन्या को भेंट कर के चला जाता है।

चन्द्रगुत के पद्मात् उसका लड़का विन्दुसार और उसके पद्मात् उसका लड़का अशोक सिंहासनासीन होता है। इस अचल भतापी सम्राट् के समय में भारतीय सभ्यता की ध्वजा केवल भारत ही में नहीं—संसार में फहराने लगी थी। यह वह समय था जब भारतीय सभ्यता और भीच धर्म का उद्घालीन, जापान, जावा, सुमात्रा और अमेरिका तक में घहराने लगा था। @ यह सम्राट् धर्म की सालात मुर्चि था। संसार में सब

^{*} इस बात का विशेष जानकारी के लिये भारतीय सभ्यता और उसका वेदवय्यापी प्रभाव देखिये ।

से प्रवम मुफ्त द्वाबाने रसीने खुलवाये थे। केवल मनुष्याँ हो हो नहीं, पग्नुझें को जिक्किसा का भी रसने प्रयप्य किया या। रसको पर्म लिपियों को पहले २ ध्रदय गदुगद हो जाता है। मिसोजेय होकर कहना पड़ता है कि परातल के किसी भी मान ने पेसा पासिक और यराशी सुमाद पैदा नहीं किया।

मगोक के प्रधाव मीर्प्ययंग्र में कोई प्रविनाशासी सम्राट् गर्डो हुमा। इतके प्रधात क्रमणा मुख्य, स्ट्रास्य, सहत, शासि इक, सोमगर्स, और प्रदुष्य नामक राजा गर्दा पर यह । पर दिन सम्राची के समय में मीर्प्य साम्राज्य की जड़ थीरे घोरे होस्रो होती गयी। मन्तिम राजा महद्द्य को उसके सेनायित पुष्पीमन ने मार जाता। यही सं मीर्प्य साम्राज्य का करीव करीय इसने हो गया।

भीर्य साम्राज्य के प्रधात पुष्पमित्र के सुंतर्वत् का उद्धय दुधा। इस राजा ने दो क्षम्यमय पत्र किये थे। इसके काल में बावतर के तरकालोन गायक मेनेस्टर ने धाकमण किया था, पर सेन्युकस ही की तरह उसे भी दार कर जाना पड़ा था।

गृह्वपा के प्रधान कमरा करूप, झान्य बीट कुगानरंत्र (एक तानारी जाति) के राज्य रहे। कुगानरंग्र में महाराज कांत्रक बड़े मनायों हुय। हरोंब भी राखाद झगोंक हो को तरह बीज धमें का मयार किया।

हार बाल में बीज पर्मे के जलतंत यहुत निहारी उत्तव हो तहे थी, पर्मे की घष्ट बरने वाले बहुत से स्थापी छीव कायार्क का बच आपन बर बर के हिसे पुल वंदे थे। वे सीम स्वपान बुज के बनताबे हुए मानी का जबती ह्यानुस्तर कर्त का बर सीमी को प्रमाने पानने करो तह बर्जिक ने बीज पर्ने को बर बड़े से सा बस्थार में की हुआ सम्बद्ध मुद्दा के स्मानाव भीर "दोनवान" नामक दो फिरके दो गये। यक तरह से देवा जाय हो पदी से बीच धर्म के पतन का दिवास मास्म होता है। इस काल में पाटलिपुत्र मादि कई केन्द्र स्थानों में इन बीचों के सेकड़ों पेसे कड़े या संचाराम पाये जाते थे जहीं नित्य मति नये र मनाचार और स्नत्याचार होते रहते थे।

दुशन पंत्र के पश्चात् भारत के हतिहास में गुत सामान्य वा मारम्भ होता है। इस यंग्र का सूत्रपात चन्द्रगुत नामक राजा से होता है। यह राजा यथिष इस सामान्य का सूत्र भार है तथापि इस सामान्य की पूर्ण उपति इसके पुत्र साम्ह समुद्रगुत के समय में होती है। समुद्रगुत बज्जा हो उत्सादी, महत्त्वाकांशी और युज्ज प्रिय समाद्र था। इसने अपने जीवन में कोई सी युज्ज किये होंगे। इसने अपने सामान्य का बहुत प्रियक विरत्तार किया। इस सामान्य में भी प्रजा मौन्यं काल ही की तरह सुरी। और सम्पन्न थी। इसने कोई प्रचास वर्ष तक राज्य किया।

समुद्रगुत के पश्चात् उसकी गद्दी पर उसका पुत्र दूसरा बद्रगुग्त, जिसे विकासादित्य भी कहते हैं, वैद्रा। वह सम्रद्र समुद्रग्तत से भी अधिक यशस्यी हुआ। इसके समय में मिद्र बीनी यात्री कृषियान आया था। उसने उस समय में के भारत का जो यर्थन किया है उसे देख कर दातों तले उंगली द्वाता पड़ता है। इस काल में भारतीय-साहित्य ने भी बहुत उन्तित की। यहां यद यात स्मर्थ रखना चाहित्य कि इस काल में बीक्समें अपनी स्थाप जोलुपता से धीरे २ नष्ट होता जा रहा था।

जारवा ना के पश्चात् उसका पुत्र कुमारगुत तक्तनग्रीन चन्द्रगुत के पश्चात् उसके भी राज-कार्य्य बहुत-श्रव्ह्वी तरह हुआ। प्रारम्भ में तो इसने भी राज-कार्य्य बहुत-श्रव्ह्वी तरह

तक नहीं मिलता।

कर तिया था। रस विवाह के करते ही यह राजकार्य को छोड़ कर प्रथमी बात पत्नी के साथ विलास मिन्दरों में रहने साम । यह कार्य की जोर से रसने विलाह सुख्य भोड़ सिया । विस से रखकी सेना और सेनायित तथा ग्रासन और ग्रापन व्यवस्था सब वराव हो गई। वेसे विकट समय में रस देश के फलांत महाचयं रहांस हुता जाति कर प्राप्त के प्रत्य के मानांत महाचयं रहांस हुता जाति कर प्राप्त के सामांत महाचा । दूर दिनों तक तो कुमाराम के पुत्र स्कन्यमुम श्रीर उसके सेनायित ने वीरतायुक्त रखका मुकायिता किया। पर कुमाराम के भीरतायुक्त रखका मुकायिता किया। पर कुमारामा के भागवल की आगलकार्य रस जाति के पत्र में बलते गी। तिस्य प्रवार मानांत के जीत्ववी सुरं के पाय का कल वेतार सोतहकों सुरं को मुगतना पड़ा, उसी प्रकार कुमाराम के पाय का कर स्कन्यमुत के ओगना पड़ा। यहार मानांत के ओगना पड़ा। यहार मानांत के ने तांती गी सामान्य करते होता है। इसके याद से सेतर हर्वयर्थन के पहले तक का मामाणिक रिताहास क्षा

सम्पादित किया, पर भ्रापनी बुद्धापस्था में इसने दूसरा विवाह

स्त पक का गिरा हुआ भारत हुपंपदेन के काल में एक बार और उनत है जो है। पुराल और नौतिक समार हुएँ पद्धेन के नीचे जाकर भारतीय समाज एक पार और फलता मुलता है। हुएँ स्वयं एक चितान और कवि था। सबसे समय में यहाँ के विचा विभाग ने राष्ट्र उपति की, नालन्द्र और तद्धीरता के विचालय उत्त समय एवं उपति पर थे। इसके अतिरिक्त ग्रासन के और २ विभाग भी एवं उपति पर थे। इसके समर्थ में प्रसिद्ध चीनों यात्री हुएनसङ्ग आप

था। उसने उस समय का यहा हो रोचक वर्णन सिखा है।

इसी समय में दिल्ला में राजा पुलकेशी राज्य करता था, यह वहुत प्रताशी था। यहाँ तक कि हर्पवर्द्ध न को भी इसके सुकायिले में हारना एडा था।

यस यहीं से मारत के गौरय का इतिहास खतम होता है। हपेवर्ज न के याद हो यहाँ की सामाजिक और धार्मिक ज्यवस्था पेसी विगड़ी कि जिसका मुधरना आज भीकिन हो रही । यहां की उदारता मुखतामय हो गई और मुझ्यस अधिवार पूर्ण। इसके दशन्त भारतीय इतिहास मैंस्थान २ पर वेखने को मिलते हैं।

इन्सी विनों में स्राय के अन्तर्गत महम्मय पैगम्मर का माहुआंव हुआ खीर मुसलमानी धर्म की बाँव पड़ी। मुसलमानी धर्म की बाँव पड़ी। मुसलमानी धर्म की बाँव पड़ी। मुसल मान सभाय से ही युद्ध प्रिय होते हैं। धीरे २ हन्होंने आरत्व वर्ष पर भी आक्रमण किया। सव से पहले सावसी दवी में मुहम्मय विन कासिम नामक एक स्रदारत धर्म के लड़के ने सक लाज फीज के साथ अससे युद्ध किया। पर हाय! विजय मिलते २ उसकी पताका मुहम्मय के तीर से नीचे गिर पड़ी। जिसके गिरते ही सारो विजयो सेना भाग निकली दाहिर ने आस्महत्या की, और मुहम्मय उसकी बोनों कनवाझों को पकड़ कर ले नया। इस प्रकार आरतीय नाटक का यक दुःजानत देश्य समास हुआ। शायद ही दुनियों के किसी हरिद्धास में

इसके पश्चात् भारतीय इतिहास में यहत थांगा थांगी के गुग का श्राविमाय होता है। महम्मद गज़नयी की सबह चड़ा-इयां होती हैं। लाखों हाथों से भारतवर्ष की सब्दित तुटी जाती है। बाद में मुहम्मद गोरी की बारह चड़ाहवां होती हैं। पूर्णा-

पेसे दश्य देखने को मिलते हैं।

तत्र उस काले साँप को बारधार पकड़ कर शरणानत (१) क्रक्त होड़ देते हैं। इस अयंकर उदारता (या मूर्णता १) क्ष परितास पढ़ होता है कि पक दिन उसी शरणानत (१) के हाथ से उनके आए जाते हैं। श्रीर साथ ही देश भी समेशा के लिए गुलामी के अध्यक्षर में लीन हो जाता है। एच्योपात के इस राजनीतिक पाप का फल सारे देश को भुगतना पहता है।

गीरी पंग्र के बाद गुलाम पंग्र का श्रीर उसके पाद जिलजी पंग का उदय होता है। गयामुद्दीन की मारकर अलाउडीन वस पर पटना है। यह मेपाइ के राणा लहमण सिंह के बड़े आहे की की "पश्चिमी" की बहुत ठारीफ सुनकर उसे प्राप्त बरने के लिए विकोड़ पर चड़ारे करता है। पर जय राजा से प्रमा नहीं पहता है तो अन्त में उनसे गुलह करके पह प्राचार विद्यानी को देखने की इच्छा प्रकट करता है और मजा यह कि शाला बार विषयान्य की प्राचना की स्त्रीकार भी कर खेते हैं। बांब में पदिनी का प्रतिकिम उसे दियाचा जाता है। उसी भागत वह मदान्य हो जाता है। ऐसी स्थिति में भीमसेन उसे पहेंचाने जाते हैं । पास वही होता है जो खामाविकतयः होना काहिए था । भीम शिष्ट केंद्र कर लिये जाते हैं। दिन धमासान थुक बोता है। राजपूत बांट बांटतापूर्वक माल वे देने हैं। बांट कीर क्षत्रक विरुपराध शतियों को प्रधकता हुई किता में क्षेत्र कर भाजा पहला है। यह महुत्य के पाप का प्राथमित हुतने कोनो का करवा पहला है।

वार्व धर में वार्व (बच्चान्य राष्ट्र को सा कर वार्वा रहे कर ॰ प (बवाबा, कोर किर उसे उसकी बंदी में वारेणे रहे-वा (?) किनवा कड़ी बदारता (?) है। न्यारत के इरफ़न मीला ११८

उतिहास को छोड़कर पेसी उदारता के दृश्य किस इतिहास में मिलंगे ?

इसके प्रधात पठान राज्य में कोई उल्लेखयोग्य घटना नहीं मिलती। पठान राज्य के पश्चात् सुगुल राज्य का उदय होता है। इसका मुल स्वधार "वावर" था। भारत वर्ष में उस समय विचौड़ के श्रासन पर राणा संप्रामसिंह श्रासीन थे। ये बड़े ही युद्ध कुशल और राजनीतिश थे। इन्होंने वाबर के लव ही लुझे लुझाये। स्वयं वाबर ने अपने रोजनामचे में इनकी बहादरी की तारीफ की है। पर आखिर इनको भी इसी प्रकार की कमओरी के कारण हारना पड़ा। अन्तिम युद्ध में ये हाथी पर बैठकर युद्ध कर रहे थे। वह समय अनकरीय था जब इनको चिजय मिलती। पर इतने ही में इनको एक तोर आकर लगता है। जिससे ये घायल हो जाते हैं, यस, इनका यतन देखते ही इनकी सारी फौज़ तीतर बीतर होकर भाग

जाती है और विजय श्रनायास ही वावर को मिल जाती है। इस प्रकार की सैनिक कमजोरी के एक नहीं वीसों राज्य हमारे इतिहास में देखने को मिलते हैं।

वाबर के पश्चात् उसका लड़का हुमायूं और उसके पश्चात् उसका लड़का अकबर गदी पर बैठता है। अकबर बडा ही चित्रमान, राजनीति चतुर और नेक आदमी था। उस समय हमारे चित्तीड़ के आसन पर मातःसरणीय महाराणा प्रताय श्रासीन थे। श्रकदर की राजनीति के चन्नुल में आकर प्रायः सब स्त्रिय अपने मान और इजत का इवन कर चुके थे।

येसे विकट समयमें छोटेसे मेवाड़ का स्वामी अकेला "मताव" पत । वजह उनार पार्च जाना जा स्वामा खकता "मताव" भारत के सम्राट् अकवर के सामने प्रकाशमान स्पर्य की तरह क्याती तानकर खड़ा था। मर्गम्य सामा गया भया सम्बद्ध से स्व

भाराम से सोने को जगह नहीं मिलो थी, महोने में आधे दिन उपवास काटना पड़ते थे पर इन सब वार्तों की कोई परचाह न हरते हुए राणा प्रताप ने घराबर पद्मीस वर्षी तक श्रक्यर मुकाबिला किया था। यदि प्रताप चाहते तो खय आदमियों षा संगठन कर देश को आज़ाद कर सकते थे। पर उन्होंने पेसा करना स्वीकार नहीं किया। कहना हो पड़ेगा कि धार्मिक संकीर्णता ने उनका भी विषड नहीं छोड़ा था।

धक्यर के प्रधान उसका लड़का जहाँगीर और उसके पथान शाहजहाँ गदी पर थेटा। इन लोगों के काल में पेसी फोर्ड विशेष महत्वपूर्ण घटनायें न हुई । शाहजहाँ के पश्चान उछका लड़का भारक्षजेय भवने तीन भाइया की मार कर गड़ी पर थेडा । यह पहर मुखलमान था, इसकी नीति सक्यर से विलक्त विवय थी। इसने हिन्दुक्यों पर भवहर जुल्म किये ब्रोर अपने जुल्मों से इसने मास्ति के ब्राउकूल संव उत्पन्न कर विया। इसके पार बड़े ६ प्रश्नन पड़े हो गये। दक्किन में शिपाजी, मेवाइ में राजविह, युन्देलजवड में एवसाल, श्रीर पत्राय में गुरु गोथिन्द सिंह। श्रीरहत्रेय की जिन्दगी तक तो किसी प्रवार मुगल साम्राज्य दिका रहा, पर उसके मरते ही यह बाल के दूर भी तरह भिर पड़ा।

इस काल में फिर भारतवर्ष में घोंगाधीनो मची। इस बाल में मराठे बड़े मतापी थे पहि ये कुछ राजनेतिकता के साथ काम खेते तो अवस्य अपना साम्राज्य स्थापित कर सेते। पर हारोंने अपना मुख बहेर स्ट्रियार हो रक्या। इस सुट मार में भन्त्यत्व का लग भी व होना था। उस उन्न पूर्व कहानी को पह कर बाज भी दोगडे कहे हो जाते हैं। शाके पाकान्यां र क्रमेत्री ताल का स्वत्रका।

सातवां अध्याय है

समाज दर्शन

किह्न के दुर्बान्त चम से—समय की भयद्वर पोटों से—
कुष्य होतर द्वाय मारतपर्य का दिन्दू समाज तिलमिला उटा है। उसका शिलिन यह यथ दर्प पात को महत्त्वस
करने लगा है कि पदि समय की गाने के श्रमुसार किन्दू
समाज का कायापलट न किया गया तो संसाद की शुट्टीड़ में
स्तका कुष्यल जाना अयरपन्मायी है। वह र मनको नेता
स्तका विकित्सा करने में तुले दूप हैं। वे स्वय उन पुराने पाया
को भी जालना भारते हैं जिनके मनाय से यह अयदर शुलामी
को भी जालना भारते हैं जिनके मनाय से यह अयदर शुलामी
को भी जालन भारते हैं जिनके मनाय से यह समयद गायः
सार विकट पुरंगा हमारे गले में पड़ी है। इस समय गायः

दिंद् मंगठन

पर श्यात है। लोगों का अगुमान है—और सब्बा अगुमान है कि सहजन न होने की बजद हो से बाज करोब सेत्ह सी बची से दिन्दु-समाज—आगुर दिन्दुसमान—पुरेटा के दस २ में बोता हुमा है। इस देग में बपने पेरो को होकर से प्रसाद कावायमान करने वाले बीर उत्पन्न हुए, इस हेन में बारते समीच के प्रमाद से रूप के आमत को दिना हैने बालों सीता कपनीय हुई, एस देग में कपने दिक्ता के प्रसाद के सोता को पुरुष करने वाले दर्गितक हुए, इसी देग में सहार संसाद को पुरुष करने वाले दर्गितक हुए, इसी देग में सहा

चीर हुए, शुद्ध हुए, शङ्कराचार्य्य हुए, गुरु व विगड़े हुएसमय शिवाजी हुए, राखमताप हुए और आज ६। बगड़ हुएसमध में भी गांधी जी के समान दिन्य नेता यहाँ होती, दारख कह फिर भी हमारो मन चाही मुराद पूरी नहीं होती, दारख कह फिर भी हमारो मन चाही मुराद पूरी नहीं होती, दारख कह फिर मी इमारो मन चाही मुराद पूरी नहीं विश्व सिर्म सिर्म का गल प्रह गले से दूर नहीं होता। वीरों का वीरल, सिर्म के का सतील, और दावीनिकों के गम्मीर विश्व तेज इस दुर्वण को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिग्व तेज इस दुर्वण को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिग्व तेज इस दुर्वण को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिग्व तेज इस सुका। से टकरा कर वापस किर गया, पर उसे दूर व कर सका। दुर्दशा दिन २ यदती ही गई और आज तो ाज अपनी सियों भीष्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति श्र और सन्तानों की रचा करने में भी असमर्थ इसका मूल कारण क्या है ? इसका जवा व आज कर इसका मूल कारण क्या है ? इसका जवा ही शब्द में दिवा यहे २ मनस्वो नेताओं ने दिया है और एक दिन से हम लोगों बहुँ २ मनस्या नताशा न १९४१ ६ १८ हिन से हम सागा है। यह १९२६ हैं "सङ्गठन का अभाव"। जिस म लोग असग २ का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से। दिन से हमारे जातियों में फण २ के होकर विजर गये उसी सब कोई रहते पतन का इतिहास मारम्भ है। यने के साथ सब कोई रहते हैं विखरे हुएका साथी खुदा मी नहीं रहता। कुल स्तर्य है। इसको सत्यता हमारे इतिहास आती है। नहीं तो भला तैतील करोड़ देवत क्रों के रहते हुए भी हिन्दु श्रों की यह दशा क्यों होती ! मनस्वी विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुद्धा को सुवारना हो तो सारे हिन्दू समाज को सहउन के एक हिन में बाँध दो। हा भारत है कि सम्प्रक न के पक्ष के कि स्वाह स्वीह यह कार्य शनित से सम्प्रक न होतो क्रातित के स्वाह स्वाह स्वाह स्वाह स्वाह स्वाह के स्वाह स्वाह

छुआछूत का प्रश्न

है। इसारे पूर्वजों ने पविश्वता के उच्च सिखाना को सामने राषकर द्वाचार धर्म की मर्यादा समाज़ में स्थापित की धी। गांकि लोग मारुनिक सीन्द्रय्य का ज्यानन्द लेगा सील और दरव को शुद्धि सदुर्यों के द्वारा करें। ये Cleanliness is god licess के सुन्दर सिद्धान्त को मानवे ये। उनका विश्वास था कि साचार को शुद्धता रूपर के वास पहुँचती है।

पर और १ नियमों की तरह यह नियम भी समाज के कार्यी लोगों की क्या से सट होकर पुआहुत के कर में परि-चान हो गया। नहीं तो भला "उदार चरिनाणांतु यसुधैय जुनुस्वका" के जनक महर्षि इस संकोणंता मय नियम को कैसे जन्म हे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानी काल में तो एस निवम ने और मी अवहर कप धारण विचा। इनी निवम ने लाजी रोनी विल्लालों आवहर कप धारण विचा। इनी निवम ने लाजी रोनी विल्लालों लाजासों को बेवल इन धारण पर कि उनकी मुस में पर इन कर मुस्ति पर कि उनकी मुस में पर इन कि उनकी मुस माने के उनके में मुसलमान करा लिया था—विध-मियों के हाथ लीज दिया। इन लागों में कर बंदर की देश के कारण हमी के लिय धारण दूर माने करा लिया। इसी निवम के कारण विधिमों में के का प्रमान करा लिया। इसी निवम के कारण विधिमों में के का प्रमान करा लिया। इसी निवम के का प्रमान करा लिया। इसी निवम के का प्रमान करा लिया। इसी निवम के का प्रमान करा लिया। इसी हमाने के का प्रमान करा निवम में हमाने का प्रमान कराने की स्वाम निवम निवम कराने का प्रमान का प्रमान कराने का प्रमान करान का प्रमान कराने का प्रमान का प्रमान कराने का प्रमान कराने का प्रमान का प्रमान कराने का प्रमान कराने का प्रमान कराने का प्रमान का प्या का प्रमान का प्रमान का प्रमान का प्रमान का प्रमान का प्रमान का

गोविन्द्सिंह हुए,

चीर हुप, धुद्ध हुप, शदुराचार्य हुप, गुरु त विगड़े हुपतसय शिवाजी हुप, राज्यताप हुप और आज इं उपस्थित हैं मगर में भी गांधी जी के समान दिन्य नेता यहाँ होती, दारुण कर फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं का दीरल, सिवर्य का गत यह गले से दूर नहीं होता। वीरों नार भी इस दुरंशा का सतीत्व, और दार्शिनकों के गम्मीर विच्य तेज इस दुरंशा को दूर करने में समर्थ न हुप । धर्म का दिश न कर सका। से टकरा कर वापस जिर गया, पर उसे दुग्यह हालत है कि दुरंशा दिन र यहवी ही गई और आज वो।ल अपनी लियों

भीप्म और द्रोण की सन्तान हिन्दू जाति अहै! और सन्तानों की रहा करने में भी असमर्थ है आज कल के

श्रीर संन्तानों की रह्ता करने में भी असमये हैं आज कल के इसका मुल कारण क्यां हैं ? इसका जवाड़ी शब्द में दिया यहें २ मनस्यों नेताओं ने दिया है और एक हेन से हम लोगों है। यह शब्द है "सङ्गठन का श्रमाय"। जिस मि लोग श्रलग २ का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से ह दिन में ह मारे जातियों में कण २ के होकर विखर गये उसी सब कोई रहते पतन का इतिहास आरम्म है। यने के साथी इकहायन विल् हैं विखरे हुएका साथी खुदा भी नहीं रहता। यमें स्पष्ट नज़र कुल सरव है। इसको सरवात मारे रतिहास में के रहते हुए आती है। गुहों तो भला तैतील करोड़ देखता।

मतस्य विद्वान कहते हैं कि यदि इस दुरश्य में यांच हो। हो तो सारे हिन्दू समाज को सहउन के एक ख़रे द्वारा इसको यदि यह कार्य शान्ति से सम्पन्न न होतो क्रान्तिन सप को दूर सम्पन्न करो। इसमें खाने थालो जो बाधार्य हो जउन में—

सम्पन्न करा। १सम आने पाला जा नापार हा छउन कर दो। सब से पहली और यड़ो ् सः

छुआएत का प्रश्न

ि हमारे पूर्वजी ने पवित्रता के उडव सिदान्त को सामने एकर ज्ञाचार धर्म की मर्यादा समाज़ में क्यापित को थी। ग्रिक सोग माहतिक सीन्द्रये का ज्ञानन्द लेना सीव और हिरय की ग्रिक सहुषों के द्वारा करें। ये Cleanliness is god धारहड के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास चा कि ज्ञाचार की ग्रुवता हैश्वर के पास पहुँचती है।

पर और १ नियम की तरह यह नियम भी समाज के सार्यी होगों को छपा से छए होकर लुझाहूत के क्य में परि-एत हो गया। नहीं तो भला "उद्दार चरिताणांतु पसुध्य जुडुम्पकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्णका मय नियम को कीसे जनम दे सकते थे।

धीरे २ मुखलमानां काल में तो इस नियम ने और भी भवद्गर कर धारण किया। इसी नियम ने लाजों रोती विल्लाकों आहार कर धारण किया। इसी नियम ने लाजों रोती विल्लाकों लातमांथों को केवल इस स्वपराव पर कि उनकों युद्ध में पकड़ कर-मुसलमानों ने जबहेन्ती मुसलमान वना लिया ।—ियम्पानी के किया थांप दिया। इस लोगों में कार वर्ड़ २ थीर थे, कर देश भक्त थे इस सवी की दिन्दू जाति ने, इसी नियम के कारण हम्मेया के लिय धारण दुरमान करा लिया। इसी नियम के कारण विपक्तियों ने से कहा मालोनों के मारा दिन्दू पच्यों के कारण विपक्तियों ने से कहा मालोनों के मारा दिन्दू पच्यों को स्वीया शिरमा परिणाम यह इसा कि सुन्दर साल दिवालों के सारा हमारी की सामा असी दिवालों के मारा विश्व के स्वारों के मारा हमारी की सामा असी हमारा जातियाँ थीर उपजानियाँ पहा सामा उसमें इसा खा जातियाँ थीर उपजानियाँ पहा सामा हमारे इसा के सामा सामा इसमें इसा असी सामा सामा इसमें इसा असी सामा सामा इसमें इसा सामा सामा इसमें इस सामा सी आयमारों उत्पन्न हो गई। आप सी आयमारों उत्पन्न हो गई।

वीर हुए, बुद्ध हुए, शङ्कराचार्य्य हुए, गुरू गो शिवाजी हुए, राणप्रताप हुए और आज इस र् में भी गांधी जी के समान दिव्य नेता यहाँ उर फिर भी हमारी मन चाही मुराद पूरी नहीं हो। का गल ग्रह गले से दूर नहीं होता। घीरों का का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्भीर विचार को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिब्य से टकरा कर बापस फ़िर गया, पर उसे दूर । दुर्दशा दिन २ यहती ही गई और आज तो या भीष्म और दोए की सन्तान हिन्दू जाति श्राज श्रीर सन्तानों की रक्षा करने में भी श्रसमर्थ है! इसका मूल कारण क्या है ? इसका जवाव

बड़े २ मनस्वी नेताओं ने दिया है और एक ही। है। यह शब्द है "सङ्गठन का समाय"। जिस दिन का सङ्करन कमजोर हो गया-जिस दिन से हम जातियों में कण २ के होकर विखर गये उसी दि पतन का इतिहास प्रारम्म है। यने के साधी स हें विखरे हुएका साथी खुदा भी नहीं रहता। यह। कल सरय है। इसको सत्यता हमारे इतिहास में आती है। नहीं तो भला तैतीस करोड़ देवताओं भी हिन्दु औं की यह दशा क्यों होती ! मनस्वी विद्यान कहते हैं कि यदि इस दुईशा हो तो सारे हिन्दू समाज को सहटन के एक सूत्र यदि यह कार्य्य शान्ति से सम्पन्न होतो कान्ति के सम्पन्न करो। इसमें झाने वाली जो बाघार्य हो उन

कर हो। सब से पहली और बड़ी बाघा इस सहड

छुआछ्त का प्रश्न

रै। हमारे पूर्वजी ने पवित्रता के उद्य सिद्धान्त की सामने ग्वकर भाषार धर्म की मर्यादा समाज में स्थापित की थी। नाकि सोग मारुनिक सीन्द्रयं का ज्ञानन्द लेना सीय और इत्य को शक्ति सहलों के हारा करें। ये Cleanliners is god liness के सुन्दर सिद्धान्त को मानते थे । उनका विश्वास था कि बाचार की ग्रहता ईम्बर के वास पहुँचती है।

पर और व नियमों की नरद यह नियम भी समाज के क्याची कोगों को रूपा से ग्रह दोकर हुआतून के रूप में परि-नान हो नाया । नहीं तो सला "उदार चरिनालांतु यसुध्य शुरुष्यकाम्" के जनक महर्षि इस संसीलंता मय नियमको कीसे

जन्म दे सबने थे।

धीरे ए मसलमानी काल में तो इस नियम ने छीर भी अवहर क्षेत्र धारण किया। श्रेमी नियम ने लाखीरोनी विलक्षती बात्माकी को केवल इस बायराथ पर कि वनको पुता में पकड़ कारमाना ना विकास करिया । इस सामा क्या लिया था -- विक-वर-मुशलमानी ने जबरेरनी गुशलमान बना लिया था -- विक-मियों के हाथ शांव दिया । इस लोगों में बहे र बीर थे, बई देश काला थे इस करती को दिल्यू जानि में, इसी नियम के कारण हमेला के लिय कापना पुरसन बना निया। इसी नियस के कारण विश्वविधी ने शबदा मनोशनों के झार दिल्हू दर्जी के द्रिया लिया । वरिलाम यह दुका वि शुन्दर साल निटान्त mire einfte ferg einen wir emun et er er er er हारा पुत्र के ह हो शया। उसमें दक्षणी कारियां और क्यूका क्यू Bet bi ere i etergeift af munte ar bar me me की क्षांद्रसार्वे अन्तर हो गई।

दरफ़न मौला

188

चीर हुए, घुढ हुए, शहराचार्य हुए, गुरु गोविन्दसिंह हुए, रिखाजी हुए, राख्यताप हुए और आज इस बिगड़े हुएसमय में भी गांधो जी के समान दिन्य नेता यहाँ उपस्थित हैं मगर फिर भी हमारो मन चाही मुराद पूरी नहीं होती, दावण कष्ट का गल यह गले से दूर नहीं होता। वीरों का दीरत्य, सिंग का सतीत्व, और दार्शनिकों के गम्मीर विचार भी इस दुर्दगा को दूर करने में समर्थ न हुए। धर्म का दिव्य तेज इस दुर्दगा से टकरा कर वापस फिर गया, पर उसे दूर न कर सका। दुर्दगा दिन र यदती ही गई और आज तो यह हालत है कि भीम अप की दोण की सनता हिन्दू जाति आज अपनी लियों और सनतानों की रत्ता करने में मी असमर्थ है!

इसका मुल कारण क्यां है (इसका जवाय आज कल के युड़े २ मनस्यो नेताओं ने विया है और एक ही ग्राम् में दिया है। यह शम्द है "सङ्गठन का अमाय"। जिस दिन से हम लोगों का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से हम लोगों का सङ्गठन कमजोर हो गया—जिस दिन से हम लोग खला रे जातियों में कण २ के होकर विखर गये उसी दिन से हमारे पतन का इतिहास आरम्भ है। यने के साथी सब कोर रहते हैं विखरे हुए का साथी खुदा भी नहीं रहता। यह कहायत विल- सुल सरय है। इसकी साथता हमारे इतिहास में स्वय नमूर ब्राति है। इसकी साथता हमारे इतिहास में स्वय नमूर माति हो। वाहे तो मला तेतीस करोड़ देशा के रहते हुए भी हिन्दु ओ की यह दशा को होती! मतस्यी पिग्रान कहते हैं कि यदि इस दुईशा को सुवारना

मतस्वी विद्यान कहते हैं कि पाँदे इस दुर्वशा को सुधारना हों तो सारे दिन्दू समाज को सफटन के पक सूत्र में बाँध हो। यदि यदकार्य शान्ति से सम्प्यन होतो मतिक के द्वार इस्त्र सम्प्रक करो। इसमें झाने वाली जो बाधार्य हों उन सब बाँग दूर कर हो। सब से पहलो झीर बड़ी बाधा इस सम्रटन में—

छुआछुत का प्रश्न

रै। इमारे पूर्वजी ने पवित्रता के उच्च सिद्धान्त को सामने रवकर आचार धर्म की मर्यादा समाज़ में स्थापित की थी। ताकि सोग प्राष्ट्रतिक सौन्द्रयं का आनन्द सेना सीखं और हर्य की गुद्धि सद्रणों के द्वारा करें। वे Cleanliness is god livess के मुन्दर सिद्धान्त को मानते थे। उनका विश्वास या कि शाचार की शुद्रता र्थिर के पास पहुँचती है।

पर और व नियमों की तरह यह नियम भी समाज के स्वाची कोनी को छपा से ग्रष्ट होकर खुझादूत के रूप में परि-एत दो गया। नदी तो मला "उदार चरितायांतु प्रसुधेव कुटुम्पकम्" के जनक महर्षि इस संकीर्यता मय नियम को कैसे जनम दे सकते थे।

धीरे २ मुसलमानी काल में तो इस नियम ने धीर भी भवहर रूप घारण किया। इसी नियम ने लाखों रोती विलखती कात्माओं को केवल इस कायराव पर कि उनकी युद्ध में पकाष्ट्र कात्माओं को केवल इस कायराव पर कि उनकी युद्ध में पकाष्ट्र कार-मुसलमानों ने जबईच्ली मुसलमान बना लिया था-विध-मिंगों के हाथ सींव दिया। इन लोगों में कई बड़ेश बीट थे, कई देश भक्त थे इन सर्वी की दिन्दू जानि ने, इसी नियम के कारल हमेशा के लिए द्यापना गुरमन बना लिया। इसी नियम के कारण विधानियों में संबद्धा मलामनी के प्राप्त दिन्दू बच्चों को रथिया लिया। परिलाम यह दूसा कि सुन्दर सरल निदालों काववा त्यावा । वार्वान वद हुआ । क शान्तर साल भिद्यालों द्वारा संगठित दिन्दू समाज धोरे १ कार्य हो को स्वदलों के द्वारा दुकाई रहो गया। उत्तर्भ दुकारों जीनियाँ द्वार उपज्ञानियाँ दिन्दा हो गरे। साराजुमीने को आयनार नष्ट होकर सेट्-आय की आयनार्थ उत्तरन हो गरे।

करते है। इसको

आचार की शुद्धता को सब लोग स्वीकार्य हो सकती कि भी स्वीकार करने में किसी को आपित नई वाले व्यक्ति के किसी गरदे, गलीच और खराव संस्कारीकारी की उत्पत्ति हाथ का अन्न जल ब्रह्ण करने से खराव संराह गुजता और होती है। पर इसका यह अर्थ नहीं कि र जाय। ब्राह्मण अशुद्धता की कसौटी जन्म पर निर्भर रक्लिप्रीर दुःसंस्कारी घंश में जन्म लेकर भी एक व्यक्ति दुराचारी य लेकर भी एक से युक्त हो सकता है और अहत वंश में जन्महो सकता है, ब्यक्ति सदाचारी और सदूर्सस्कारों से युक्त का अन्न जल फिर क्या कारण है कि पेसे ब्राह्मण के हाधहूने में भी पाप तो प्रहुण कर लिया गया और पेसे ग्रुद्ध को लमान हो जाय समभा जाय और फिर यदि घही ग्रद्र मुसा रहे। यह एक तो फिर उसको पास बैठाने में कोई आपित नतप्क को मान्य पेसा नियम है जो किसी भी विचार शील महि न किया जीय नहीं हो सकती।

यदि किसी के हाथ का अन्न जल प्रह्ण। दूसरे प्राप्तण तीभी कोई विशेष हानि नहीं। एक ब्राह्मण भीण है हम उन के द्वाथ का अध नहीं खाता है पर यह क्या कारोप से ती हमें लोगों को स्पर्श भी न करें, उन्हें हम शांखों से हमें प्रायधिन पाप लगे, उनकी परछाही हम पर पड़ जाय सो मयंकर है कि करना पडे हा हम लोगों के ये अपराध पेसे ।पापों के फल जिन्हेंप्रशति कभी समा नहीं कर सकती। इन्हीं व तक इनकी ब्राज इम भुगत रहे हैं और तप तक भुगतेंगे जा

हर कर इनका शयधित न कर डालेंगे।

^{*} महाम में बई जातियों ऐगी है जिनको देश केने मात्र की मार्गिय बरना पहला है।

जाति पांति का किला

च्यामी सायदेव लिखते हैं कि "कामन की राज्यकालित ह तिहान में "बेस्टिल" वा नाम कामर हो गया है। उसी निले में राज्य के कायाचारों से पीड़ित कीदी सहा करते थे। जिम साम फासन की प्रजा कायाचार का वहता लेने के लिखे वहीं हुई उस साम का कर से पहले उसने उस किले की रहे में रेंद का हो। टिन्टू समाज में बेसा हो बेस्टिल जानिवालि का किला मीजूर है। जिनमें लालों कीदी समाज के कायाचारों से पीड़ित हाटाकार काने हुए कार गर्व कीर काज भी हजारों हाल की कार्रे लोखने हुए कार गर्व कीर काज भी हजारों हाल की कार्रे लोखने हुए कारनी भार वहर किहानी को काट करें है।"

प्तः बांग्रेज लेजवः ने लिखा है कि जो शमाज बाटारह हजार जातियों में बंदा हुवा है, बार जिल जातियों में पारवर-रिवः शहानुभूति भी नहीं है यह शमाज किल मकार बाउना

निक्री शासन बर सबना है।

बारनव में ऐता जाय ना इस जानि यौति को मधा ने देश का पतन करने में सहन कांचिक सहायना दो है। किमने उचक बहेरक को सकर बयोधन पति को शिट हुई को परस्तानी कीर लीगुण काहिन की के हाय में पहंचर उसकी किननी स्वयंक्त स्तीन कहिने

आहारों में रिक्मी मकार के माहाल, स्वित्यों में सेवसी सकार के सर्वका, देवते में रिक्मी मकार के बेदद स्वेन्ट्रें हैं देखारे सही का हो करन ही क्या है इस मकार सामा दिन्दू समान कर कारा ती जान पान के पानों में बहु स्वाम है। इस एक होता से होती विवाहता के सहसे माहन स्वाम दें। किहे हैं। सब कार्य कार्य किसमा कारत एका नहें हैं।

इसका भयंकर परिणाम यह हुआ कि कई छोटी होटी जातियों में योग्य कन्या को योग्य बर का ओर योग्य बर को योग्य कत्या का मिलना कठिन हो गया। जिसके परिणाम स्वरूप हर एक जाति में तरकारी भाजी की तरह वर कन्याओं का विकना शुरू हो गया। एक छोर तो दस दस ग्यारह २ वर्ष की लड़कियाँ साठ २ धर्ष के बुद्धों के साथ और दूसरी और यारह वारह वर्ष की लड़कियां दस दस वर्ष के बच्चों के साथ ट्याही जाने लगीं। इस अनमेल विवाह प्रथा के कारण समाज में हजारों वाल विधवाओं का दारण और मर्मभेदी कन्दन षायुमएडल में छा रहा है। व्यभिचार का वाजार गर्म हो रहा है, भ्रुण हत्याएँ हो रही हैं और समाज में कमजोर सन्ताने चढ़ रही हैं।

यह सम दारुण हश्य उसी हालत में दूर हो सकता है जय इस जातिगाँति के सारे किले को नए भ्रष्ट कर केयल चार घणों का श्रस्तित्व रहने दिया जाय। ब्राह्मण ब्राह्मण सव एक सममे जायँ, इसी प्रकार सब स्वत्रिय, सब वैश्य और सब ध्रद्र अपनी एक एक जाति स्थापित करलें, प्रत्येक वर्ण में आपस में रोटी येटी का का व्यवहार जारी हो जाय। तभी इन्छ थास्तविक सुधार हो सकता है।

विधवाओं का प्रकत

हम ऊपर लिख श्राये हैं कि जाति पाति के कारण समाज में एजारों विवाद सनमेल होते हैं। जिसके फल स्टबर समाज में हजारों विधवापं रिएगोचर होती है, व्यभिचार और भूण हत्या का बाजार गर्म हो रहा है। इस करणा जनक स्थापार को चन्द किये विना सधा हिन्दू-संगठन घटित नहीं हो सकता, पर इसका उपाय क्या किया जाय ?

पह सत्य है कि सतीत्यधर्म को हम लोग अनादि काल से व महस्वदेते चारहे हैं, हमारे धाचार में और हमारे साहित्य सतीत्व धर्म की बहुत महिमा गायी गई है। यही कारण है हमारे हिन्दू समाज में जब एक पति के मर जाने पर स्नी दूसरे विवाह का नाम लिया जाता है, तय सच्चे सनातन-मी हिन्दुयों के हृदय में बड़ा गम्भीर घका लगता है। ऐसे ायुक श्रीर आदर्शवादी लोगों के विचारों की कोई निन्दा हीं कर सकता। पर इसके साथ ही आधुनिक परिस्थिति ते भी कोई उपेजा नहीं कर सकता। हम पुछते हैं कि क्या क्षेत्रवा विवाह का प्रचार न होने पर आप की खियों के सती-वधर्म की रक्षा हो रही है ? उत्तर में सियाय नहीं के और हहा ही प्याजा सकता है। ऐसी स्थिति में जय सतीत्वधर्म की पेसे भी रहा नहीं हो सकती, तब क्यों न विधया विवाह को सामाजिक रूप देकर गुप्त व्यभिचार श्रीर भ्रण हत्यापं मिटा ही जायँ। म्बार्य विधया-विवाह हमारे उच ह्यादर्श से पतन है।

हो सामाजिक वप देकर गुत प्यमिषार और झूण ह्यापं
मिटा दी आयें।

दावर्य विभया-पियाद हमारे उच झारशे से पतन है।

पर जो मयद्वर पतन सभी हो रहा है उससे झिथक यह पतन
नहीं है।

विभयाओं की स्थिति पर जरा विभार कोजिय। यास्यजीवन से हो ये कितने सुर संस्कारों में पाली जाती है। साठ
इस वर्ष की होते न होते उन्हें अपने कुटुज्ब से सुर रसिकना
की सब शिकापं मिल जाती है। ये रस विधा में पारहत हो
जाती है और उसी समय किती दस बारह दस के बालक के
जाता है। होते उसी समय किती दस बारह दस के बालक के
साथ उनका विधार कर दिया जाता है। रसी समय से
दु:संस्कारों में परिपालिन होने के बारए इनका महस्वय्यं नष्ट

नष्ट हो जाता है और कई रमणियों के बाल पति क्षेण होते २ इन्छ समय वाद हस असार संसार को छोड़ कर चलवसतेहैं। उन वेचारियों पर संसार का सब से बड़ा गज़ब टूटपड़ता हैं!

देन निर्माण की आरी थाल विध्वायां को देश कर उनके खय कुटुम्बी धृण से मुंह फेरने लगते हैं। क्रियो उन्हें पति को जाने वाले डाइन कह कर ताने मारती हैं। उन यालिकाओं के सामने उनकी मैजाइएं, उनकी देश्यनियें और जिडाकी के सामने उनकी मैजाइएं, उनकी देश्यनियें और जिडाकी कर सहत करती हैं। ये इन सब यातों को मन मसोस कर सहन करती हैं। ईपर मुहल्ले और माम के नवगुथक उन वेबारियों को अलग भ्रष्टकरने का प्रवक्त करते हैं। घर वाले ताने मारते हैं। मुहल्ले वाले मलोमन देते हैं ऐसी मयहर स्थित में यदि ममुख्य हृद्य विचलित हो लोग वाल का लाले ही आप तो क्या आपका

यस इसी प्रकार व्यक्तिचार बढ़ता है। भूण हत्याएं होती हैं। और गर्भ न गिरने पर कई रमणियों को विधर्मी धनना पड़ता है।

विधवा विवाह इन्हीं सव अस्वामाविक प्रधार्थों का स्वामाविक परिलाम है। जिसे हमें स्वोकार करना ही होगा। हमारी स्वोहति न होने पर वह कुदरत की प्रेरण से अपना मार्ग स्वयं वना लेगा।

विभवा विवाह उसी हालत में असम्भव हो सकता है जब इन सब परिस्थितियों का संग्रोधन किया जाय। पुरुष भी छियों के पातिवृत्य को तरह एक प्लोवृत को महण करें।

क्षात्र-धर्म

मानवी इतिहास का अध्ययन करने पर यह यात मली प्रकार मालम होती है कि साम धर्म कुरेर के साथ जाएन रखने वाली जाति सदा स्वतन्त्र और स्वाधीन रही है। हमारे भवीन द्यार्थ्य लोग इस सत्य सिद्धान्त की महत्ता न्यूप भृग्दी तरद जानते थे। इसलिए ये अपनी सन्तानी को शस्त्र

भीर शास्त्र दोनों की शिक्ता देते थे। पर आज हम लोग ज्ञात्र धर्म को भूल गये हैं। धन और मान के फ़ेर में पड़ कर भाज हम अपने भुआर्थों के यल को वितकुल को पेटे हैं। आज हमारे समाज में लाटी चलाना. धीर कसरत करना गुण्डापन समक्ता जाता है। इसका परिणाम पह दुड़ा है कि झाज हम झपनी रहा करने में विलकुल असमय हो गये हैं। आज पचास मुसलमान को सी दिन्दुओं को भगा देते हैं, इसका कारण क्या है ? इसका कारण यही है कि इस लोग आज चात्र धर्म के महत्व को भूल गये हैं। इस बात को अधिक असी नहीं हुआ है। महाराणा प्रताप के समय में हमारे में सब बात नष्ट हो जाने पर भी जात्र धर्म मीजूद था, यचिप हमारी कलह भियता के कारण मुसलमान हम पर शासन करते थे तथापि हमारे लोहे से से हमेशा भयभीत रहते थे। इस सात्र धर्म का महत्व हम क्रमी कुछ समय पूर्व ही, अंप्रेजी राज्य का प्रारम्भ होने पर, भूले है। अब मी हमें सम्दल जाना चाहिए, समय २ पर घटित होने थाले इही और घटनाओं से भी हमने शिका न ली तो फिर हमारेबरावर मूर्ण और कीन होगा? क्यामी सत्यदेव जी ने चात्रधमें के प्रचार के लिए नीचे

लिखी स्कीम बनाई है। इस पर प्यान देना प्रत्येक भारतीय वा कर्शस्य है:--

(१) नगर के अत्येक मुद्दले में क्यायाम शालायें क्यायित

में कीर बहीने में पक चार खारे नगर की हनांमेएट (दहन) हो ।

उस दक्षत में शहर के सब अखाड़ों के प्रतिविधि समितित हों। राष्ट्रीय त्यौहारों के अवसर पर दङ्गल जीठने वाली की पुरस्कार दिया जाय।

(२) राष्ट्रीय त्योद्वारों पर जास करके जिले भर के उद्गत हों। जनता में उत्साह धढ़ाने के लिए स्थानीय गाँच के अनु सार खेल खेले जाँय।

(३) शारीरिक ब्यायाम के नये विदेशी ढड़, जैसे मुद्रे बाजी, जुजुरमु शादि का प्रचार भी जनता में किया नाय। ताकि वल शाली सभ्य जातियाँ से हम पीछे न रहें।

(४) फ़ीजी कवायद सीखे हुए शतुभवी सिपाहियाँ का शिक्षक रखकर इक्कीस वर्ष से लेकर पद्मासवर्ष तकक हिन्यमा को कवायद सिखाने का प्रयन्ध किया जाय ये लोग उस बात का बत करें कि हिन्दू खियों पर अत्याचार करने धाल उर्धा रा यथोचित दएड हैंगे।

(५) प्रान्त भर के हिन्दुझी का बहुल विजयानगर्मा म अवसर पर होना उचित है। उसमें प्रान्त के हिन्दू लाउर उप स्थित होकर जनता को उत्साहित करें।

(६) श्रक्षिल भारतवर्षीय राष्ट्रीय महासमा जग पर र वहाँ सारे देश के हिन्दू जिलाड़ियों का दहल होना जा ज और उसी अवसर पर जान धर्म की महत्ता अनग का यतलाना चाहिए।

वह दिन तो भारत के लिए और भी खब्दा है मा । नम दिन यहाँ के पुरुष हो नहीं मत्युत स्त्रियों भी शरा । १३१ म (ब्रुस स्नादि चलाने में) निपुण होकर स्रपने पर क्र याचार करने बाले जालिमों को हाथाँ हाथ उनका धवला प्रकार क कटियद हो जाँगगी !

्रिश्राठवां श्रध्याय 🥍

आजकल के नये आविष्कार

हुमुभां उत्तक्ते बाले विक्तील—इस विक्तील से चोर पकड़ा जा सकता है। यह विक्तील झाग लगने पर उसको वुकाने के भी काम में झाता है। एस विक्तील की नलीं में झंगाराजन बाव्य (Carbon Dloxide) भरा रहता है। जब विक्तील होड़ा जाता है तब उसके मुँद से पक प्रकारका सुझा निकलने लगता है। इस सुप्रं से चोरों का दम सुदने लगता है। धोरे २ घोड़ी दे से प्रमात सुझा कम होकर उसमें से पक प्रकार निकलत है। जिससे चोर सहज हो में पकड़ा जा सकता है। विक्तील होंड़ने से होड़नेवाल पर किसी प्रकार की झांपित नहीं आती।

सन इलते वाला भीनांच-डा॰ डी॰ दे॰ हीस ने पक पेसी द्या का आधिष्कार दिवा है जिसे मुज्य को विला हेने से यह गंद्रा का नहीं पोल सकता। हमेग्रा सत्य दी करेता। इस द्या का नाम Truth Serum है। जब दस द्या से दिवी की परीका करना होतो उस समय अपराधी को पक टेबल तर मुक्ता दिया जाता है। इसके प्यान्त गुरे से झीनधि का प्रयेग करावा जाता है। इसके परिलाम यह होना है कि शोड़ी ही देर के बाद अपराधी को गहरी नींद्र झाने सताती है और उस समय वह सब वातें सब २ कह देश हैं। उस दहल में शहर के सव अवाड़ों के प्रतिनिधि समिलित हों। राष्ट्रीय त्यौहारों के अवसर पर दहल जीतने वालों को पुरस्कार दिया जाय।

े (२) राष्ट्रीय त्यौद्वारों पर खास करके जिले भर के दक्कल हों। जनता में उत्साह बढ़ाने के लिए स्थानीय रुचि के श्रव-

सार खेल खेले जाँय।

(३) शारीरिक व्यायाम के नये विदेशी दक्ष, जैसे मुक्के बाजी, जुजुत्सु आदि का प्रचार भी जनता में किया जाय। ताकि वल शाली सम्य जातियों से हम पीछेन रहें।

(क्ष) फ़्रीजी कवायद सीचे हुए झनुमवी सिपादियों को रिज़क राजकर इजीस सर्प से लेकर पचास वर्ष तक हिन्दुओं को कवायद सिखाने का प्रवस्य किया जाय ये लोग इस यात का झत करें कि हिन्दू खियों पर अत्याचार करने वाले दुर्छों को

यथोचित दएड हॅंगे।

(५) प्रान्त भर के हिन्दुओं का दहल विजयादशमी के अवसर पर होना उचित है। उसमें प्रान्त के हिन्दू लीडर उप-स्थित होकर जनता को उत्साहित करें।

(६) ञ्राविल भारतवर्षीय राष्ट्रीय महासमा जहाँ पर हो वहाँ सारे देश के हिन्दू विलाङ्गियों का दहल होना चाहिए। ज्ञीर उसी अवसर पर ज्ञात्र घमें की महत्ता जनता को

यतलाना चाहिए।

; यह दिन तो भारत के लिए और भी अध्या होगा जिस दिन यहाँ के पुरुष ही गहीं मत्युत दिनयों भी शदन दिया में (ज्ञुरा आदि चलाने में) निपुण होकर अपने पर अग्याधार करने वाले जालिमों को हाथों हाथ उनका यदला शकाने को कटियद हो जाँयगी!

🖗 श्राठवां श्रध्याय

आजकल के नये आविष्कार

भ्यःभां उगरुने वारे पिस्तीरु—इस पिस्तील से चोर पकड़ा जा सकता है। यह विस्तील झाग लगने पर उसको ध्रमाने के भी काम में आता है। इस विस्तील की नली में शंगारजन बाल्प (Carbon Dioxide) भरा रहता है। जब पिस्तील छोड़ा जाता है सब उसके मुँह से एक प्रकारका धुया निकलने लगता है। इस पुरं से घोरों का दम घुटने लगता है। धीरे २ घोडी हेर के प्रधात धुझां कम होकर उसमें से एक प्रकाश निकलता है। जिससे घोर सहज ही में पकड़ा जा सकता है। विस्तील होडने से छोड़नेपाले पर किसी प्रकार की श्रोपति नहीं शाती। सच बुलाने वाली भीपधि—डा॰ डी॰ ई॰ दीस ने एक ऐसी दया का द्यायिष्कार किया है जिसे मनुष्य को जिला देने से यह अंटी बात नहीं बोल खकता। इमेशा सत्य ही कहेगा।

इस द्या का माम Truth Serum है। जब इस द्या से किसी की परीदा करना होता उस समय अपराधी की एक टेबल पर गुला दिया जाता है। इसके प्रधान सुई से छीपि का प्रयेश कराया जाता है। इसका परिलाम यह दोता है कि थोड़ी ही देर के बाद अपराधी को गहरी मींद आने लगती है और उस समय वह सब बावें सच २ कह देवा है। डाकर दीस बहते हैं कि जाएतायस्या में जो दान विश्वी

रहती है उसे यह दवा चास्तविक हालत में प्रगट करवाती है। एक बात को छिपाकर दूसरी बात करने की जो शकि मनुष्य में रहती है। यह इस स्थिति में लोप हो जाती है। इसीलिये इस श्रवस्था में जो जवाव मिलते हैं वे सत्य मिलते हैं।

आगे चलकर थे फिर कहते हैं कि इस औपधि के खाने से मनुष्य की दूसरी इन्द्रियां अवसन हो जाती हैं पर अवर्णेदिय का लोप नहीं होता हैं। इसीलिये वेहोशी की हालत में यह सब सन लेता है और जवाय देते समय भूंडी बात नहीं सोच

सकता सच २ वार्त वतला देता है। सकता तथ दिया निवास पुरा के अन्दर पक झाविष्कार !
है। इस अविष्कार के यूरोप में यही धूम मच गई है। कर र
अपने साथ रेडियों को रजकर चूमते हुद संसार की ख
सुन रहे हैं, कोई घर में थैठे हुद हज़ारों कोस दूरी पर
हवाच्यान को सुन रहे हैं, कोई नाटक शाला के गाने सुन हैं कोई अपने पाठक से विद्या ध्ययन कर रहे हैं। आदि र अ कोई भी बात रेडियों से सुन सकते हैं। यहाँ तक की कलक में यदि आलपीन भी गिरे तो उसके गिरने के शाद को रेडि द्वारा त्याप कहीं भी खुदुरवर्त्ती स्थान पर खुन सकते हैं। जि जगह का शब्द सुनना हो यहां पर एक रेडियो मशीन र दीजिए और उसी मेल की एक मशीन आप अपने पा रिक्षिप । यस यहाँ के शब्द उधर की मशोन में प्रवेश करेंगे झी वे सब ग्रापको मधीन दारा यहिमृत होंगे।

त्रिजली का शाह—भारत यर्प में साह देने की जो प्रय प्रचलित है यह यही हानि कारक है। इस प्रया से माइ देन अचारा व चाले के नाक कान झादि स्थानों में धूल घुस जाती है। महान चाल क मान कान जान रचना न पून धुस जाता है। महान में रक्ती हुर्र सब चीज़ों पर गर्दा ही गर्दा लग जाता है। इस

ग्नार को विद्यार्थी को दूर करने के लिये विजली के साडू का गाविष्कार हुशा है। यह विजली की सहायता से खब धूल को सफ करता है इसमें प्रति गंटा है किलोयेट विजली खर्च होती हैं। इस माडू से भाडू देने में पापदा यह है कि न तो पूल उड़ने हो पाती है और न पूर्त पर धूल का कथा ही रहता है। इस भाड़ में एक पानी भर कर खने का भी बर्तन रहता है जिससे यक पड़ने पर फार्र पुल भी सफती है।

भोजन बनाने की महोनें—श्रमेरिका में रूर एक काम विज्ञली से द्वीता है जीते, गरम पानी बरना, दूध गरम करना आदि। पहाँ श्राटा गूँधने, श्रातु उवालते, दिलके उतार सर्तन महते, पूरफ जमाने, आदि हुट एक काम के लिये रालग स्रतन महत्ते, पूरफ जमाने, आदि हुट एक काम के लिये रालग स्रतन महानें हैं और उन्हों से मोजन बनता है। इन महानों

से काम भी यहुत शीपता से दोता है।

पूल भराक गारी-न्यूयार्क (द्यमेरिका) में पक नई मोटर गाड़ी बली है साधारण जब मोटरगाड़ियाँ रास्ते में बलतो है तब उतसे पूल उड़ती देयर रस मोटरगाड़ी से पूल बिलहुत नहीं उड़ती। वह गाड़ी उस गर्दे को द्यपने भीतर भर सेती है पूल माड़ी के भीतर रहकर जब बिग्रह हो जाती है तब पापन उसे होड़ देती है। जिनसे राहगीर होगों को तकक्षिप नहीं होती।

चलता हुआ ताना-पद झाविष्कार झमेरिका में हुया है।
वहाँ के लोगों को पहने के लिये कर नहीं उटाना पड़ता।
उनके घट के पास ही से पूट पाय जाता है। जानेवाले चार
पुट्याश रहते हैं। पहना पाय नहीं चलता। दुस्ता तोन सील
की पाल से चलता है। नीत्तर ह सील प्रति पटे वी चाल से
होर बीधा ह मील पति पटे वी चाल से चलता है। मान
लीजिय पहि काय को वहीं जाता है तो पहले काय जो पाय

नहीं चलता उसपर खड़े हो जाइये फिर घ के जदी जाने वाले पाथपर चले जाइये। यदि श्राप् चले क हो तो श्राप छ मील की चाल से जानेवाले प वाले क यदि इससे भी तेज जाना हो तो श्राप 8 मील भी ता चले जाइये। वहाँ बैठने के लिये कुर्सी वगैरद हात ह इन फुट पायों पर होकर जाने में किसी भी म्रा

नहीं होता और न टकर होने का ही डर होता है ह

अमूल्य हे इसको तथा न खोना चाहिये। अमेरिका व्यर्थ वितकुल नहीं खोते। यहाँ तक कि कई दिली

क्या है। यह साविष्कार को यायुपानी की नहाया। है। एक वायुपान के मीचे धर्माक्य वैद्युनिक मार मा^{र्ड} दे



उपन्यास

गोरा (रवीन्द्रनाथ) रागिणी (वामन मल्हाराव जोगी) बितदान (विकुर ह्यूगो) श्रद्धार (अनाटोल फान्स) प्रेमा-अम (प्रमचन्द्र) रागभूमि (प्रेमचन्द्र) श्रांख की किरिकरी (रवीन्द्र नाथ) प्रतिमा (अधिनाश चन्द्र) अप्रपूर्णों का मन्द्रिर (निरुपमा देवी) ग्रान्तिकुटीर।

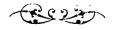
नाटक

द्विजेन्द्र प्रन्थावली । (इसमें सब मिला कर चीतृह नाटक हैं हिन्दी प्रन्थ रलाकर वस्पई से प्रकाशित हुए हैं) अञ्चन (सुदर्शन) महात्मा ईसा (वेचन शर्मा) सम्राट् अशोक, सिदार्थ हुमार । (महाचीर प्रन्थ प्रकाश मन्दिर)

गरुपें

पूर लॉ का गुच्छा (हिन्दो मन्य रत्नाकर),पुप्तहार (हुद्दर्ग) तीन रत्न (महासागांधी) प्रेममस्न (प्रेमचाद) प्रेम पूर्णिमा (प्रेमचन्द) नयनिधि (प्रेम चन्द)

ये खर्ब प्रन्थ ।कसी भी बड़ी एजन्सी में भिल सकते हैं।



्रयारहवां श्रध्याय कुर

काव्य वाटिका

प्रार्थना

सुनते दं था रदे हो, बाजायो नाथ बाजायो । गोपाल यन के आयो, लीला नर दिखाओ, भक्तों को फिर रिकाझो, वन्सी मधुर बजाझो ॥ बन करके रूप्ण यादय, गीता का गान गाओ। सोये द्वप जो इस है, आकर हमें जगाओ ॥ हो कर के राम आद्यो, धन्या श्री पाण लेकर, जो पाप बढ़ रहा है, आकर उसे मिटाओ । जो बद्ध धन के आद्यो, निर्वाण पद बताओ, द्यरहत्त वना जो स्वामी, हिंसा हनन मिटाओ । देखा बनोगे जब तुम, शिका क्षमा की दोंगे. या धन करके फिर मुहम्मद भाईपना बताओ। कत्पयुशस बनो तो दे दो शिक्षा पवित्रता की. जो अरथोस्ट यन के आयो,ची**णा मधुर यजा**यो। बन करके ब्यास भगवन्, वेदी का क्रान दे दो, विज्ञान, योग, दर्शन आकर हमें वताछो। शंकर यनो जो स्वाभी घेदान्त ही बता दो, या द्याचार्य रामानुजहो भक्ति विषय सिखाझो । कोई देश होने सामो, कोई देव पर के सामों किसी नाम से कहानो साजामो नाम सामो । यह दान है समानक नव मौति से तुम्हाय चाहुको कम परके सामो, जल्दी पभार सामो ।

गुजराती मार्थना

सरे सो देव देवो ना मनुष्यो ना गुरजी सो जहाँ नापमें ना स्थापकममुजी मट पपारो नाई तमारी राह की सी धवा दरगन प्रजा जोती। सुष्याय शास्त्र पपारो नाई सुष्याय शास्त्र ने पार्चे गुरुजी मट पपारो ना अपेता पतेग प्रमायो साल्या कराया। बताया मेम ना मंत्रो गुरुजी मट पपारों ना ॥ जुरी जातो क्षणे नातों गिर्ण वस्त्र परसर ना। मुख्या परेशन ना मन्त्रो गुरुजी मट पपारों ना ॥ सुणाया परेशन ना मन्त्रो गुरुजी मट पपारों ना ॥ स्वाने ने मेम नी मूर्ति यथा दर्शन सुगुक्तिना। समुलो योप परे देवा गुरुजी मट पपारों ना ॥ सम्मन्त्रो योप दर्शन सुगुक्तिना।

विद्ययनधुत्य

त् मेरा में ।तेरा अभुषर में तेरा त् मेरा। गली गली पहुतेरा हिरा मिला न तेरा डेरा ॥ त् मेर बीन दुलीकांधे परकम्बल, मिला पड़ोसी मेरा। तेरा कप उसी में पायागया थो मन का फेरा ॥ त् मेर भार्र कह कर गले सगाया, अधु बिन्दु इकारेरा। भार्र में सगायान मिला है मिटा वो सम का देरा॥त् मेरा जगत से देच दुर्जा समुदाय।
आरोपॉद पही देते हैं ग्राप उन्हीं की हाय।
जो परलोक पनाना चाहे, कर ले पक उपाय।
जेप तर प्यान योग के पहलेदीनवन्तु पनजाय।
रोगी दुर्जा अपारिज कोड़ी को निज करठ लगाय।
कर सेवा सप दुज हर लेवे,मीठे पचन मुनाय॥
जगत के देप दुर्जी समुदाय॥
"उम"

प्रेम की माला हो संसार,
सुनन समान सुनन शोमिन हो धंधे पकता तार।
सुनन समान सुग्य शोमिन हो धंधे पकता तार।
सिन्धुयन देल सुग्ध हो जाये, परिजल पावन प्यार॥
कलह कुवास कठिन का एन में, हो जाये संहार।
मनमोदन हर्पित हो असको करंबस्ट का हार॥
हर्यन हो से पतित हदय वा हो जाये उद्धार। ममकी

राप्ट्रीय प्रार्थना ।

स्वाधीन— स्वाधीन हमारी मावा है—स्याधीन। म्या• यह त्रिग्रान करवास युग्तकर— देख ग्रजु का मह जाता भार। त्रिज यग्र कर पगुना-हर है यह विकट सिंह सासीन ॥

आसीन-आसीन हमारी माना है-व्याधीन ! क्वा॰ उसका विकट सलाट मुमामय-

सत वर दुष्ट गदा खाते अप ! दिमि-गिरि बज-गुदुर रोमिन है जिसवा धनि प्राचीन !

माचीन--

भाचीन हमारी माता है-स्वाधीन ! स्वा॰ जलिथ भ्रमर घुम्यित सरोज पद— सतत भ्रष्टति सेवति विद्यान मद ! जल निर्मलयुत-फलयुत कलयुत सव प्रकार हुःव होन !

दुःख द्दीन--

दुःख हीन हमारी माता है-स्वाधीन ! स्वा० विद्यान्मय, गुणुन्मय, नयन्मय सुत-कर्मावीर निर्मय विवेक युत ! जिसकी ग्रुचि-सन्तान, श्रेष्ट-संसार श्रीर तक्षीन !

तल्लीन —

तल्लोन हमारी माता है स्वाधीन ! स्वा॰

"उम्र"

रूप पाया है वहाँ से तो तुदा देना यहाँ।
प्रेम की पुरुष मयी धार बहा देना यहाँ,
कराट में स्वर जो सुरा लाये हो बीखा का भला॥
देख उक्किएटतों को हँस के सुना देना यहाँ,
आँख में तुमने भरे दल जो हैं कमलों के यहाँ।
भीरे से मित्र जो मिल जाय दिखा देना यहाँ।
हम को मालुम हैं रक्कि हो सुधा होठों में,
क्या करोंने उसे प्यासों को पिला देना यहाँ।

मजुप ! फिर काद करोगे घोलो । इपनी हृदय प्रन्यिको सेरे, सम्मुख हट तन खोलो । होकर महोन्मच इस विधि से, टपर्य न पनमें डोलो ॥ इपनी मृतु गुजार सुना कर, अपना सुजा रस घोलो । 'कविपुपनर'मनन्याययचनको,नीति नुलापर सोलो ।

ण ण ण ण ण मधुष ! तुम इदय कज में फंसे।

माधुप: पुम हदय कज म भरता मार्च हुट सकते इससे हो, गये यत्त से प्रसे। इय तो सोम यहत दिन-संचित, एक यार सव नसे॥ ग्रुत तुम्दें रखती हं कोई, देख न हम पर हंसे। 'क्रवियुफ्तर' रस लेने के हित, रहो यहाँ तुम यसे॥

⊕ ⊕ ⊕ € € मधुप!तुम प्कषार उड्जाद्यो।

पुनः होट मत आओ जब तकः, त्रियका पता न पाओ। मेरी विनती मधुर गिरा से, उनको पहुँच सुनाओ ॥ मेरी दशा देव कर कुछ तो, दया इदय में लाओ। 'कवियुष्कर' सुम असम कुल हो, मेरी विपति नलाओ।

मञ्जूष ! मुमको चाहिये सन्देश ! सब प्रकार में पाल रहीं हैं, वियतम का आदेश ! यद दर्शन के पिना दो रहा, अब तो कटिन करिश ॥ उनके मन को मोद रहा है, यह निर्जीय विदेश ! 'क्वियुष्कर' अब तुम्हीं सुनाओं, उनकी कथा विशेष ॥

æ

मधुप । हो दूत सुनीति-निघान ।

जो अविकल सब समाचार को, आ कर सके भ्रदान । सस्य भियता होना चहिये, उसमें कार्य प्रभान ॥ जो स्वार्थीवन कर भिथ्या का, तने न विविध वितान । 'कवि युष्कर' जो मृदुसायी हो, जिसका यवन प्रमान ॥

* * * *

सञ्जय ! में उत्तर थल पर जाऊँगी ! रिसक राज के खरण रेणुका, विनह जहाँ पाऊँगी ! वार बार कर भ्यान उसी का, सादर छिर नाउँगी ! परिक्रमा कर पाँच धार में, उनके गुण गाउँगी ॥ 'कवियुष्कर' यस खास पास में, वहाँ कुटी साऊँगी ॥

(कविपुष्कर)





B B B K महाबीर ग्रन्थ-प्रकाश मन्दिर की पंचा भारतीय सभ्यत।

और उसका विश्वस्थापि म

िलेखक—श्री सुख सम्पत्तिरायभण्डारी यदि आप, भारतवर्षकेषाचीन गौरव का दिव्यदर्शन। यदि आप, अपने प्राचीन पूर्वजों के अगाध ज्ञान

लगाना चाहते हैं। यदि आव. प्राचीन भारत के राजनीतिशास्त्र, समार निर्माण-विद्या, ज्योतिपराख, लिपित आदि दाखों का परिशीलन करना शहते.

एक पोन्टकार्र डाल कर इस प्रकार । इसके पटने से अप को राज्य होगा विकेश प्रकार में भारतीय सन्यता ने श्रीन, जापान, प रिका, जाना, सुमाना आदि देशों में अपन था। लोहे की कलम से लियी हुई मा के सम्मुख वायन्कोप की तरह प्राची

のものもののものの भुन्दर चित्र अहित कर देती । भगवान् महाबीर-भगवान् महाबीर का सब से ! सुन्दर, सब से प्रामाणिक दिष्यप्रन्य, दि से प्रशंसित, ऐतिहासिक, मनोर्धनानिक, भार्गनिक वण्डॉ से संयुक्त, संसार की म अपूर्व, मृन्दर, मचित्र और सजिन्द, प्रष्ट

एता-महावीर प्रन्थ-प्रकाश मन्दिर भानपृर्



महाबीर ग्रन्थ-मकाश मन्दिर की पंचम मितमा भारतीय सम्ब^{ता} ओर उसका विव्यव्यापी [लेखक-श्री सुख मर्ग्यातरायभ यदि आप, भारतवर्षकेप्राचीन गौरव का दिव्यद ज्ञानसागर में गोते यदि आए. अपने प्राचीन पूर्वजी के अगाध लगाना चाहते हैं। समाज शास्त्र, नगर-यदि आप, प्राचीन भारत के राजनीतिशास्त्र, अपितत्त्व, साहित्य. निर्माण-विद्या, ज्योतिपशास्त्र, वि आदि शास्त्रों का परिशीलन करना भू राते हैं तो आज ही एक पोन्टकार डाल कर इस पुरु . प्रकार श्राचीन काल

पुरु पोन्टकार वाल कर इस पुरु
इसके पुने से अपन को राज्य होगा कि केल
मारतीय संज्या ने चीन, जावी
स्कार मारतीय संज्या ने चीन, जावी
स्कार, जावा, सुमारण आदि देशों में हैं यह पुलक आप
था। लोहे की कल्म से लिखी हु आयीन भारत का
के सम्मुख वायकोप की ताह, मूल्य 1)
सुल्द चित्र अद्भित कर देशी। से यहा, सब से
भगवान महाबीर—भगवान महाबीर का सब

शानिक लज्डों से संयुक्त, संसार है हुए संत्या ४०० अपूर्व, मुन्दर, सचित्र और सकिन्द, मृत्य ४॥) पता-महार्थार प्रत्य-प्रकाश मन्दिर भार

सुन्दर. सब से प्रामाणिक दिव्यप्रन्य से प्रशासित, ऐतिहासिक, मनोर्वज्ञा

